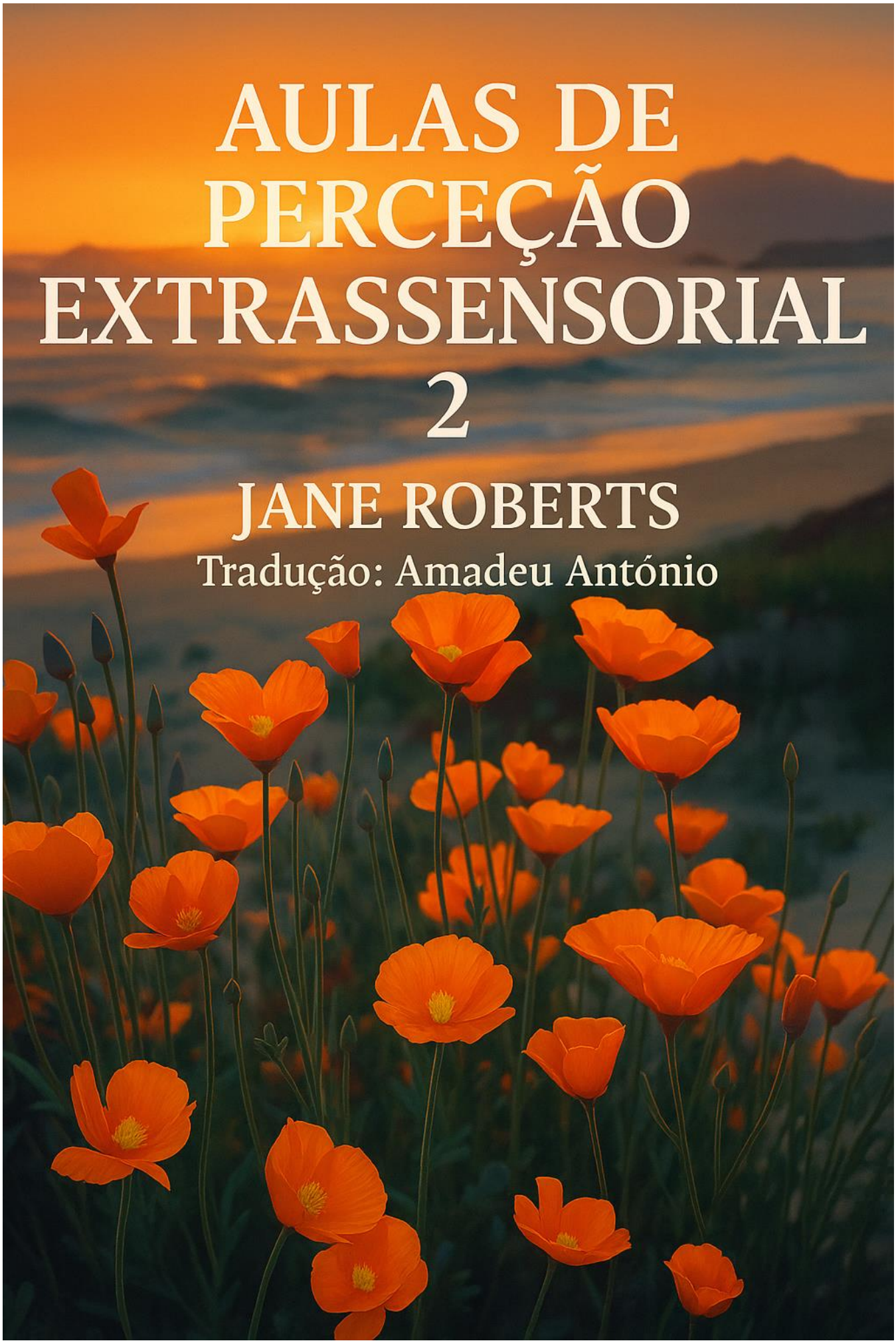
AULAS DE PERCEÇÃO EXTRASSENSORIAL 2
JANE ROBERTS
Tradução: Amadeu António

AULA DE PES 31 de Outubro de 1972

Seth: Tenho apenas uma pequena observação. A energia e a direção estão dentro de vós. A energia que experimentam agora está focada, mas está sempre presente. A direção que sentem como ausente quando eu não falo... está convosco o tempo todo.

Agora, saúdo-te (dirigindo-se a um estudante). Como sabes, a tua pessoa, neste momento, é importante. E uma das muitas "não-mensagens" que tenho para ti é precisamente esta: a tua identidade não é engolida por um super-Deus ou um super-"eu". A identidade de uma única folha existe — e se entenderes bem a palavra "existe", compreenderás que não há início nem fim.

E existir não tem de ser penoso, desagradável ou doloroso (dirigindo-se a Rich K.). A voz de uma pequena flor pode levar-te a êxtases de existência — se apenas ouvires.

Por isso, olha para a energia dentro de ti e não para a minha. Eu sou apenas um exemplo, uma demonstração dessa energia que está sempre em ti. Sente-a dentro de ti e desfruta da vitalidade do teu próprio ser.

E se caísses por um buraco (para outro estudante) na não-existência, criarias outra existência do outro lado, cumprimentar-te-ias e baterias nas tuas próprias costas — como de facto já o fizeste. Por isso, despeço-me com um caloroso "boa noite" — e dou também as boas-vindas ao nosso poeta aqui presente (Barrie Gellis). As bênçãos que tenho para dar, dou-as. As que não tenho, devem encontrá-las dentro de vós.

AULA DE PES 18 de Julho de 1972

Após uma discussão sobre a recente cheia e a premissa de que criamos a nossa própria realidade, Seth surgiu por volta das 22h30 — a primeira vez na aula desde 13 de Junho.

Seth: Quero que saibam que não boicotei a aula. Estão a aprender convosco próprios, e isso é bom. Estão a voltar-se para dentro e a trabalhar com o vosso "eu", como devem fazer. Mas não queria magoar os vossos sentimentos. E quero que saibam que estou ciente do vosso progresso — e

também daquilo que alguns de vocês consideram como a vossa falta de progresso.

Agora, o nosso amigo ali (apontando um estudante) trouxe ideias muito válidas. Quando passam por essas experiências, isso é extremamente importante — pois aí compreendem verdadeiramente o que vos digo.

E não queria que pensassem que fui levado pela cheia!

Quero também que saibas (para o mesmo estudante) que a tua experiência da semana passada foi totalmente legítima. Cabe-te interpretá-la. Estou a falar da aula. Há mais a retirar dessa experiência — mas não deves esquecê-la. Há um aspecto que não recordas — um detalhe em que não te concentraste.

E agora, quando lerem o meu livro, façam os exercícios — não apenas uma vez, mas muitas vezes.

Por vezes, é bom que eu assuma o palco e fale convosco. Mas outras vezes é bom que vocês o assumam. E tenho-vos deixado esse palco — quero ver o que fazem com ele.

Como já devem saber, criam a vossa própria realidade — nesta vida, e fora dela, e em todos os contextos. Não só não existem acasos, como moldam o mais ínfimo aspecto da vossa experiência, num rico conjunto de interacções que envolve tudo.

AULA DE PES 22 de Agosto de 1972

A aula começou com uma discussão geral sobre experiências no estado de sonho. Hugh comentou que, numa ocasião, sentiu que estava a receber uma instrução intensa, mas não conseguia recordar de quem nem sobre o quê. Sugeriu que poderia ter sido uma continuação da "palestra" que Seth lhe dera na aula anterior.

Seth: Eu não te dei uma palestra! Considero que foi uma conversa amigável. E alguém mais também te deu uma conversa amigável enquanto dormias — e aí não pudeste argumentar de volta. Apenas ouviste.

Quero apenas que saibas que não foi uma lição — foi uma não-lição.

Jane leu durante cerca de dois minutos um trecho sobre os "não-eventos" que Seth lhe ditara na semana anterior. (Publicado em *Personal Session* 2, 9 de Agosto de 1972.)

Um estudante contou um sonho vívido no qual estava associado a um cão pastor alemão.

Seth: Agora, quero explicar-te o significado do sonho — porque quero que vejas como os sonhos funcionam, como os crias e qual a sua importância, para que saibas como olhar para os teus próprios sonhos.

Esse sonho representava várias coisas para ti — e, evidentemente, o cão também. O cão era um símbolo da expressão física, da vida física e da experiência corporal.

AULA DE PES 22 de Maio de 1973

A aula começou com uma discussão sobre estados alternativos de consciência, demonstrados na semana anterior. A conversa evoluiu para o tema da criação da realidade física.

O Sumari surgiu com uma canção, que Jane identificou como uma canção de destruição e criatividade. Seguiram-se diálogo e canções Sumari dirigidos a George, Jim e Eleanor. Durante a conversa, Jane disse que o essencial era "sentir aquilo".

Seth: Se sentires, é tudo o que precisas!

O Ruburt vai dar-vos uma pausa, mas antes disso, sabem bem o que costumo dizer. A mensagem que vos trago é a vossa própria. Essa mensagem não precisa do François (para Larry), nem precisa de ácido (para Jim) — estou a olhar para o nosso guru aqui — só precisa do reconhecimento que têm de vós próprios, do reconhecimento da vossa incrível magia, e da alegria da vossa existência. O vosso reconhecimento jubiloso de quem são.

Venham então até esta voz para verem-se a vós mesmos — e a leve alegria do vosso ser. Sintam, através desta energia, a vossa própria energia, e saibam que é alegre. Esqueçam as ideias de profundidade ou de bondade — se distinguirem entre divindade e alegria, lembrem-se de que os deuses dentro de vós são alegres, e a vossa criatividade conhece a sua própria alegria.

Vocês criam a vossa realidade — deviam acabar essa frase por mim! Por isso são mulheres por uma razão, na vossa luta pela igualdade (para Paula), e homens por uma razão; e pretos, brancos, amarelos ou vermelhos por uma razão — tal como há folhas de cores diferentes e diferentes tipos de flores.

Sintam então o conhecimento que está dentro de vós — que maior presente posso dar-vos senão a vossa própria energia? Ao vê-la aqui, podem reconhecê-la e perceber que é vossa!

Não a projetem sobre esta voz ou este corpo — mas sobre vós e dentro de vós. Não estão à mercê de crenças antigas. Criam as vossas crenças como o nosso escultor aqui (para George) cria as suas esculturas. Se não gostam das vossas crenças, deitem-nas fora e criem outras novas!

O vosso poder está no momento. Está no momento — e é vosso, e vosso, e vosso, e vosso… e também da nossa querida Senhora de Veneza! Por isso, não o atribuam ao passado! Só estão à mercê dos eventos se acreditarem que estão. O nosso rico Richard sabe disso, e o nosso jovem Michael sabe disso, e o nosso viciado em comida saudável (para George)!

Por isso, ouçam a alegria nos vossos próprios átomos e moléculas, e dentro da vossa consciência — e confiem nessa alegria. Confiem nessa vitalidade que vos pertence. E tu, (para Sue), és magnífica aí desse lado!

Confiem na integridade do vosso ser! Não façam caretas — não sou assim tão profundo. Vocês é que são. Vocês são o mistério e a profundidade, que agora formam um corpo físico através do qual se expressam. Eu apenas peço um emprestado — vocês criam um. Acham que seria um grande feito fazer um anel mover-se sozinho sobre a mesa? E, no entanto, através da milagrosa vitalidade do vosso ser, movem todo o vosso corpo de um lado para o outro.

Que poder imenso é esse que está dentro de vós? Procurem então o conhecimento oculto do vosso próprio ser — que é tão público quanto um gaio-azul e grita com a mesma força!

Seth: Agora devolvo a aula ao nosso amigo Ruburt, e a cada um de vocês — e à vossa própria variedade eterna. Variedade! Variedade! Pensem na variedade que existe em vós. Sintam essa variedade! São vocês menos do que as flores do campo, que possuem tamanha diversidade?

Sorriso! Se alguma vez vi um sorriso forçado (dirigindo-se à Mary), esse é um sorriso forçado! Não sei se um sorriso forçado é melhor do que nenhum, mas podem considerar isso e dizer-me depois!

Após uma pausa na aula, houve discussão sobre a mensagem anterior, e a Jane conduziu um exercício sobre mobilidade da consciência. Depois do exercício, durante a partilha de experiências, o Jim comentou que às vezes se perguntava por que razão vinha às aulas.

Seth: Tu vens cá porque eu sou um excelente fertilizante! E ajudo-te a crescer!

Ed comentou que, durante o exercício, tentou atingir uma síntese entre funções corporais voluntárias e involuntárias — tentou, basicamente, fazer o próprio coração bater. Seth respondeu:

Seth: Claro que fazes! Agora devolvo-te a ti mesmo… ao lugar onde já estás!

Só existe um verdadeiro presente que pode ser dado. Tens um pacote-surpresa — és tu mesmo. Eu apenas te digo como o abrir. Posso dizer-te como olhar através dos embrulhos que tu próprio preparaste com tanto engenho; como decifrar as mensagens no pacote que tu próprio conspiraste para enviar. Nos vossos termos — a partir de uma dimensão que não é física — saúdo-vos e mostro-vos a vitalidade da vossa própria criação.

Sou uma personalidade que não opera, nos vossos termos, através da carne. Apresento-vos a vós próprios, à medida que falam a vossa linguagem Sumari através dos átomos e moléculas — enquanto se surpreendem com as vossas noites e dias, e com a vossa própria energia vital. Ruburt, à sua maneira, já o disse nos seus diálogos.

Mas que pacote-surpresa vocês são… e como olham para si mesmos e se perguntam: "o que é isto? que realidade é esta?" Então perguntem-se: quem fez o pacote? quem o colocou no correio? e que outros pacotes existem por aí? Vejam-se ao acordar com o mesmo espanto com que veriam um gaio-azul ou um esquilo no jardim.

Por isso, despeço-me — como sempre me despeço — sem nunca partir, porque vocês não podem afastar-se de si mesmos, porque vocês criam-se e surpreendem-se com a vossa própria criação.

Esta noite, durante o sono, digam a vós próprios que se encontrarão, com alegria, com os vossos criadores — que são vocês mesmos. E, se o fizerem, talvez encontrem os criadores por detrás dos criadores.

Tudo o que vos posso dizer — e repito vezes sem conta — é que cada um de vós tem a sua própria consciência e realidade, e que essa consciência é o vosso caminho para todas as respostas que procuram. Pois vocês formam as vossas perguntas, como uma árvore forma as suas folhas. E certos tipos de perguntas levam sempre a certos tipos de folhas.

E com esse pensamento — e, espero, com essa realização — desejo-vos uma boa noite. Mas aquela parte de vocês que atingi, que vocês tocaram em si mesmos… espero que desperte durante o vosso sono. E, se assim for, então sigam-na — até ao coração do vosso próprio ser.

Portanto, sabem como vou terminar esta sessão: a vitalidade que flui através deste corpo é apenas um pequeno indício da vitalidade que pertence a cada um de vocês — uma vitalidade que podem usar, amar e chamar de vossa. Essa parte de vocês não é sisuda, é preenchida com o conhecimento da sua própria realidade — e é isso que vos levará onde desejam ir.

Assim, através desta voz, sintam a vossa própria alegria. E saibam que, mesmo quando — nos vossos termos — deixarem de ter forma física, os "mortos", nos vossos termos, estão longe de estar em silêncio!

As bênçãos que tenho, dou-as. As que não tenho… terão de encontrá-las por vós mesmos.

AULA DE PES 26 de Junho de 1973

Barrie tinha lido um relato de um sonho que tivera durante a semana, no qual se via como três versões de si próprio. Logo após isso, Jane pediu aos membros da aula que se apresentassem ao Rob, que estava a assistir pela primeira vez. Assim que todos disseram os seus nomes, Seth manifestou-se — em voz alta e com alegria, dirigindo-se primeiro a Rob:

Seth: Ora bem, o meu nome é Seth! Mas não creio que precises de apresentações!

E cada um de vocês é Eu 1, Eu 2, Eu 3 — e estão a viajar pelas dimensões da vossa própria realidade, tornando-se, nos vossos termos, conscientemente cientes de outras partes de vocês mesmos.

Essas outras partes podem ou não estar conscientes da vossa realidade. E isso, claro, aplica-se a todos vós. Já vos disse isto antes.

Estão aqui, na realidade física, nesta sala. Mas as vossas ligações não começam nem terminam aqui. Participam, de facto, naquilo a que chamam "aulas em sonho". E esses estudantes dos sonhos frequentam aulas de sonho que são estas aulas. E tentam recordar-se delas. E o seu professor dá-lhes instruções.

São os vossos próprios "eus", virados do avesso e do direito. As vossas dimensões encontram-se umas às outras. Quanto mais longe forem, mais se encontrarão. Mesmo que pensem nesses eus como estranhos, esses estranhos parecer-vos-ão cada vez mais familiares.

Têm um aliado — o vosso eu interior — e é o maior aliado que alguma vez terão. E têm um ponto de segurança, nos vossos termos: o foco móvel do vosso corpo físico. Levam esse "eu" convosco. Não precisam de o procurar, a menos que acreditem que o devem procurar.

São os vossos próprios aliados, independentemente da imagem ou símbolo que escolham para o representar — seja o rosto da pintura da semana passada, seja um "anjo da guarda". Se acharem que precisam de um aliado forte e assustador, encontrarão um. Se acharem que precisam de um aliado subtil, encontrarão um. Se acharem que precisam de um anjo protetor — vão criá-lo.

Mas todos esses aliados são vossos próprios eus, maiores do que, mas parte de, Eu 1, 2 e 3.

A vossa realidade é vossa. É um direito. Uma realidade que transportam convosco, criada pela energia milagrosa do vosso ser. Sejam os vossos próprios intérpretes. Não imitem. Não tentem tornar a vossa realidade igual à de mais ninguém.

A mais pequena experiência subjectiva que tenham é vossa — e nunca vos será tirada. E, de certa forma, nunca será esquecida. E, mesmo que não

compreendam, ela tem implicações, movimento e criatividade. Por isso, nunca neguem a realidade da vossa experiência interior. Nunca criem aliados que não sejam vossos. Todos os aliados são vossos, se compreenderem que todos os aliados são partes de vocês mesmos.

Se compreenderem que a minha voz vem de dentro de vós, então é uma voz verdadeira. Se perceberem que o Ruburt avança por vós e por si próprio, e que, no seu avançar, também vocês avançam, então aprenderam alguma coisa. Se acharem que ele avança sozinho, então ainda não aprenderam. Se acharem que não viajam com ele, que não ajudam a fornecer energia e impulso, então ainda têm muito a aprender. Pois vocês também o impulsionam como um foguete, com o vosso impulso — e ele, por sua vez, impulsiona-vos para fora de vós mesmos, como foguetes, para outras partes de vós que consideram universos estranhos.

(Neste momento, Rick Stack regressa à sala com vinho.)

Na semana anterior, após a aula, Rick teve um acidente: atravessou uma vitrina de vidro temperado (sem sinalização legal obrigatória) ao sair de um restaurante. Visivelmente curioso, Rick queria perguntar a Seth sobre o incidente.

Seth: Longe de mim impedir-vos das vossas festividades!

Seth observa Rick em silêncio enquanto este se senta no chão, ao lado da cadeira de Jane/Seth.

Rick: Onde é que ele foi parar? Tenho uma pequena pergunta para ti…

Seth: Um homem que atira pedras contra montras de vidro é uma coisa. Um homem que as atravessa é outra!

Rick: Isso aconteceu porque estou completamente aluado, ou tem a ver com algumas crenças minhas que são um bocadinho fora do normal?

Seth: Tu sabes a resposta a essa pergunta — porque, claro, as crenças estão envolvidas.

Rick: Bem, estive a pensar sobre isto… sabes, cheguei a algumas conclusões por mim mesmo. Nem estaria a perguntar-te isto, se não fosse o facto de me

magoar tantas vezes. Quero estar vivo… para resolver o problema… as crenças a que cheguei…

Seth: Resolver problemas também continua a acontecer — nos teus termos!

Rick: Bem, sabes o que quero dizer.

(Nota: Rick tinha sofrido outro acidente pouco antes, cortando a perna quando um copo lhe escorregou das mãos ao lavar a loiça.)

Rick: Quando comecei a cortar-me, cheguei à conclusão de que era causado pelos meus medos — acreditava que o universo estava cheio de perigos e maldade, e que era eu quem estava a criar essa realidade. Então, pensei literalmente que, se removesse essa crença, nunca mais me magoaria. Acreditei que, nesse contexto, o meu corpo era invulnerável ao perigo — porque eu crio a minha realidade. Embora… claro, exista o bom senso…

Seth: Queres provar a tua coragem — ainda estás a criar testes para ti próprio. Ficaste satisfeito por teres passado pela provação com tão poucos danos. É algo semelhante aos ritos de iniciação masculinos que tens em mente, misturado com ideias sobre iniciações psíquicas: "Vês? Atravesso vidro… e sobrevivo — só uns arranhões! Louvem-me!" O próximo passo será quereres caminhar sobre brasas!

Basta estares consciente das tuas crenças nessa área — e não voltarás a passar por essas dificuldades. Mas lembra-te também de como os teus amigos vêem isto, de como tu próprio falas sobre isso — que evento foi! "O nosso amigo Rick atravessou vidro!"

Pensa na atenção que recebeste.

Agora, devolvo-te às tuas festividades — e sugiro que bebas um bom copo de vinho. Não te preocupes. Apenas toma consciência das tuas crenças e percebe que, para além dos arranhões físicos, obtiveste muitas "recompensas" — e tu querias essas recompensas.

Vou deixar-te agora com a turma — quero que digiras o que te disse.

Durante a discussão da aula sobre o que Seth tinha dito, ele voltou.

Seth: Vamos esclarecer isto. A atenção foi uma recompensa! E não tenhas vergonha disso — todos vocês querem atenção. Mas também, não confiavas em ti próprio na realidade física. Não confiavas que irias sobreviver. Não confiavas no teu corpo. Estavas a "assustar o universo"! Querias prova de que podias magoar-te e mesmo assim sobreviver — prova de uma confiança profunda na integridade do teu corpo, na sua capacidade de curar-se a si próprio.

Havia outras crenças associadas — o perigo, nos teus termos, era invisível. Através da experiência, deste a ti mesmo a confiança de que podias atravessar perigos invisíveis e sair com apenas uns arranhões. Mesmo os perigos que não podes ver podem ser superados. E sobreviverás.

A outro nível, isto liga-se às crenças invisíveis, que tens estado a considerar. E também podes atravessar crenças invisíveis.

Rick: Sem torná-las visíveis?

Seth: Os efeitos tornaram-se bem visíveis!

A experiência teve significado em muitos níveis. Eu disse o que tinha a dizer — e deixo-te trabalhar com isso até novas compreensões surgirem.

Mas recordem-se todos: nenhum acidente é acidental. E a vossa experiência física também não é acidental. A vossa boa saúde — ou má saúde — não é acidental. Tudo isto tem significado. O nosso amigo não atravessou uma montra de vidro "por acaso". Não foi uma coincidência cósmica ou particular.

Se cortas um dedo — não é por acaso. Se tropeças e magoas o pé — não é por acaso. Se apanhas uma gripe ou um vírus — não é por acaso. Se tens um problema crónico — não é por acaso. Se és criativo — não é por acaso. Se recebes boas notícias — não é por acaso. Se te acontecem coisas maravilhosas — não é por acaso.

Vocês criam a vossa realidade. E isso aplica-se desde o nível da vossa consciência — tal como a conhecem — até à mais pequena molécula no olho do Larry.

Robert: Estava a pensar no meu acidente de mota… no fundo, aplica-se o mesmo. É verdade que resolvi muitas coisas — mas não consigo evitar pensar

que podia ter resolvido tudo isso sem ter feito algo tão radical comigo mesmo.

Seth: Talvez agora aprendas a resolver os problemas a nível consciente. É só quando não estão dispostos a encarar conscientemente as vossas crenças — a atravessá-las e a fazer distinções — que surgem "acidentes" aparentemente inconscientes.

Aquela fração de segundo em que não reages tão depressa quanto devias… ou em que te distrais no momento errado… ou em que o carro surge do nada — tudo isso parece horrível do exterior. Mas, do interior, da vossa perspectiva pessoal, pode ser algo muito diferente.

Seth (para Larry): Tens alguma pergunta?

Larry: Sim. Estava num carro com o Rick… tivemos um acidente.

Rick: Foi uma semana em cheio, como vês.

Larry: Estávamos a descer a rua, e o Rick ia a conduzir depressa. Alguém no banco de trás disse para abrandar. E o Rick respondeu: "Eu sou um bom condutor, não tenho um acidente há… dois ou três anos." E, em tom de brincadeira — ou talvez não — eu disse: "Se calhar já estamos a merecer um." E mal terminei de dizer isso, um táxi passou um vermelho e bateu-nos. Mas, no momento em que isso aconteceu, estava muito consciente de que estávamos todos a criar aquela realidade. E a minha única preocupação foi o bebé ao meu colo. No fundo, senti que ninguém se ia magoar a sério — parecia quase um acidente leve, até cómico, dadas as circunstâncias. Mal disse "se calhar estamos quase a ter um acidente"… *PUM* — fomos atingidos. Mas, realmente, ninguém se magoou, tirando uns arranhões.

Seth: Agora, todos vocês — neste grupo acolhedor, amigo, às vezes assustado — estão a tentar provar a vós próprios que o Francois estava errado. Então andam a criar situações onde há perigo — e onde saem sãos e salvos — e depois, na vossa mente, dizem: "Vês? Ele estava errado. Somos livres!"

Mas… já não precisam de provar isso a vós próprios. Têm os vossos próprios aliados.

Vou voltar. Mas por agora, devolvo-vos a vós mesmos — aos eus que sempre conheceram, para onde sempre regressam, e aos eus que estão em constante transformação.

Apresento-vos à memória de vós mesmos. Apresento-vos à parte de vós que guarda a memória dos eus que conhecem agora. Apresento-vos à parte de vós que ainda não aconteceu.

Larry: "Nos nossos termos", não é?

Seth: Disseste bem. Até os vossos inícios, nos vossos termos, estão a ser criados de novo — na memória dos eus que ainda não conhecem.

(Larry contou à Jane o que Seth dissera, mas deturpou as palavras sobre Francois.)

Larry: Depois ele disse que ainda estávamos a tentar provar a nós próprios que o Francois era, sabes… um idiota, um palhaço, cruel e horrível…

Seth: Eu não disse isso!

Larry: Fui eu que disse.

Seth: Então continua. Deus ou Diabo, ele foi um ser humano. Um homem. Se percebessem isso, não tentariam transformá-lo num deus ou num demónio, num bom ou mau, num santo ou num maldito — mas sim num ser, como vocês.

Susan perguntou a Seth sobre o "Francois ter criado o fogo".

Seth: Tens muito que aprender. Ele disse que criou o fogo. Mas eu também posso dizer que criei o fogo. E tu também podes dizer isso. E se o gato do Ruburt falasse, ele também diria que criou o fogo!

Esse homem estava iludido. Mas isso não o torna mau. Não o torna um diabo. Nem o torna um deus. Significa apenas que vocês projectaram nele aspectos vossos, e ele permitiu que o fizessem. Eu não permito isso. Eu devolvo-vos a vós próprios.

Sou um postal — mas multidimensional, tal como vocês são seres multidimensionais. Ajudo-vos a traduzir-se em termos que possam entender.

Vocês criam o fogo — cada um de vós — com cada respiração que dão, à medida que formam a vossa alma em carne, e com cada instante renascem no milagre do vosso ser como criaturas. Isso é um milagre. Isso é ocultismo.

Seth: Agora, quero ouvir a vossa interpretação do que disse.

Bill contou à Jane o que Seth dissera. Marjorie mencionou Gurdjieff e falou sobre o comentário de Seth, de que Francois era iludido — e também iludia os outros.

Seth: Ele só iludiu aqueles que precisavam de ser iludidos, naquele momento.

Seth: Gurdjieff era como um gafanhoto! Um gafanhoto belo, alegre, errático — e adorava saltar. Ele gostava de dar grandes saltos! Deliciava-se com a agilidade da sua mente. E atraía aqueles que sentiam o mesmo. A única coisa que Gurdjieff fazia era deixar trilhos enquanto saltava de um lado para o outro, movido por uma enorme vitalidade e alegria. Por isso, pessoas que não queriam fazer a sua própria viagem, seguiam os saltos dele. E então Gurdjieff dizia: "Estes saltos trouxeram-me até aqui, logo também vos trarão até aqui." Mas os saltos levaram Gurdjieff onde ele queria ir.

Cada um de vocês tem de seguir o seu próprio caminho, tal como Gurdjieff, com toda a sua energia, seguiu o dele. A mensagem dele era que seguia o seu caminho. A interpretação que muitos deram foi: "temos de seguir o dele." Mas cada um deve seguir o seu.

Marjorie: Mas ele não dizia que era uma forma de encontrar o nosso caminho?

Seth: Ele acreditava que sim, porque para ele, o seu caminho era grandioso. Era natural dizer: "Tenho este bolo — provem! Fui eu que o fiz assim. Se fizerem igual, terão o mesmo resultado." Mas se não o vissem como um ser superior, poderiam observar as suas ideias, usar as que vos servem, e descartar as que não servem.

Ele era livre. Era o seu próprio gafanhoto. Sejam os vossos próprios gafanhotos, cada um de vocês. Sejam criaturas livres — e serão também almas livres.

Vocês criam a vossa própria realidade. Não há prisões, senão as que constroem. Não há fuga, senão aquela que criam. Não há ilusão, senão a que fabricam. Ninguém vos ilude — vocês permitem ser iludidos. Não podem culpar ninguém pelas condições da vossa vida — pois foram vocês que as formaram. E isto aplica-se a cada um de vocês — incluindo as vossas alegrias, sucessos e provações. Tudo isso também é vosso — resultado das vossas crenças.

Marjorie: Achei que ele queria livrar-se do que se chamaria de amor-próprio, ou de o usar para fins pessoais — e isso implica que ele o usava para fins próprios, e atraía outros a acreditar em algo que talvez fosse apenas o amor-próprio de Gurdjieff.

Seth: Não há nada de errado com o amor-próprio.

Marjorie: A não ser que acreditemos que isso nos aprisiona?

Seth: A não ser que acreditem nisso, e que não compreendam a beleza e o milagre de quem são.

Se acreditam que são uma besta — e que as bestas não valem nada — então encontrarão no amor-próprio uma barreira horrível.

Mas se compreendem a beleza, o milagre e a espiritualidade da vossa carne, e de qualquer animal, ou da menor mosca ou formiga, então o amor-próprio torna-se numa bênção que o universo vos oferece — e que vocês, enquanto parte do universo, se oferecem a vós mesmos.

(Um membro da turma comenta a Jane o que Seth disse.)

Seth: Os gafanhotos são criaturas maravilhosas. Continuem.

(Outro comentário é feito, e Seth responde.)

Seth: Mas um esquilo é um tolo se tentar ser um gafanhoto.

Seth: Vocês não confiam nisso porque pensam que o estado de sonho é o oposto de estar acordado. Ainda consideram o estado de vigília como superior, e por isso procuram estar mais despertos — e vêem os sonhos como algo difuso, enevoado, sem clareza. Mas podem, segundo as vossas crenças, estar tão conscientes no estado de sonho como no estado de vigília.

Na verdade, ambos são um só. Podem despertar em ambos. Mas… não se esforcem tanto!

Marjorie: E se isso for exigido?

Seth: Quem exige?

Marjorie: A autoridade.

Seth: Que autoridade?

Marjorie: A que está dentro de mim.

Seth: Então é essa que conta. É o ser vivo dentro de ti. E contra essa autoridade, todas as outras tremem. E se aceitares essa autoridade — a única real — todas as outras se desmoronam e desaparecem como poeira ao vento.

Tu és o ser do teu ser. Confia nesse ser — e em nenhum outro!

Se o Todo-Que-É não acreditasse na individualidade, no ser individual, tu não serias como és. Estarias perdido num nevoeiro denso de eus indistintos, dos quais nunca conseguirias separar a tua consciência.

Por isso, confia no ser dentro de ti como a tua verdadeira autoridade.

Marjorie: E quanto à forma que escolhemos para confiar nisso — que acaba por provocar certas circunstâncias externas? Escolho uma forma de comportamento que, de acordo com as minhas crenças, provoca antagonismo perante figuras de autoridade.

Seth: Isso acontece porque os outros olham para essa figura e vêem apenas uma pessoa comum — talvez até simpática. Tu olhas e vês apenas uma autoridade — não uma pessoa.

Logo, reages contra a autoridade, conforme o teu sistema de crenças.

Os outros vêem um ser vivo, com talentos, capacidades, imperfeições — um ser flexível e real. Mas tu projectas sobre ele a autoridade fria. E ele permite-te fazê-lo — porque também ele é falível, como todos.

Se ele fosse infalível, seria frio e liso como uma pedra suspensa num tecto cinzento da eternidade — que nunca existiu. Tu bloqueias a humanidade dele. Ele deixa-te fazer isso, mas tu vês apenas as ideias que acreditas que ele representa.

Sue: Seth, quero fazer uma pequena pergunta. O Triggles é o jogo que segue as tuas pistas?

Seth: Exactamente.

Sue: Pergunto porque senti que houve uma violação de confiança…

Seth: Não te preocupes. Jogos são jogos!

(A turma começou a discutir as palavras de Seth, especialmente sobre os termos "falível" e "infalível". Alguns pensaram que ele os tinha usado ao contrário. Seth voltou para esclarecer.)

Seth: Referia-me a uma pedra. E, peço desculpa, mas tenho de explicar isto. Pensam em termos de falibilidade e infalibilidade — e personalidade humana. Mas uma pedra não é uma personalidade humana. Não a consideram falível nem infalível. Consideram-na algo — sem vida, fria, morta.

E isso… é a única pista que vos dou sobre o significado das palavras. Pensei que todos iriam perceber.

George: Eu percebi!

Seth: Claro, porque és bom com jogos! Agora deixo-vos — excepto por um comentário ao nosso amigo ali no canto. *(para Joe)*

A tua força é a base de todos os dogmas. És tu que lhes dás força — não és tu que a recebes deles. E quando perceberes isso, despertarás para a força do teu próprio ser.

E já não precisarás de palavras "falíveis" ou "infalíveis" para revestir a tua experiência interior — mas deixarás que ela se manifeste nua no mundo, tal como é. E não precisarás de a vestir, como vestes o corpo — mas elevar-te-ás com a alegria da tua própria vitalidade, e perceberás que és tu que dás força a todos os sistemas.

Sem o indivíduo, não há sistema. Nenhum sistema tem sentido sem ti. Os sistemas foram criados por indivíduos. Usa-os quando quiseres, enquanto te servirem. Mas não deixes que eles te usem. E não acredites que são mais fortes do que tu. E não os deixes montar-se às costas — não importa o sistema. *(para Rick)*

Agora devolvo-vos à vossa sessão — falível e infalível.

(Após a pausa, a turma discutia sonhos comuns da semana anterior. Seth voltou, dirigindo-se a Will.)

Seth: Ao nosso sonhador renegado ali — não te preocupes. Eles vão perceber — e tu também — o significado do tema do sonho. E na próxima semana, vão tornar-se ainda mais vívidos.

Mas tenho algo a dizer a cada um de vocês — e a todos.

Em muitas áreas da vida, aprendem a disciplina. São ensinados por outros, por professores, por figuras de autoridade. São ensinados a tornarem-se disciplinados.

Nesta aula, os temas são outros. E agora digo-vos uma verdade terrível:

Sou um "anti-professor". E um anti-professor desfaz-vos — ou deixa que se desfaçam — para voltarem às verdades do vosso ser.

Um anti-professor ajuda-vos a desaprender a disciplina. Um anti-professor, idealmente — e é uma tarefa difícil que abraço com alegria — deixa-vos guiar-se a vós próprios rumo à liberdade do vosso ser.

E assim, quando estão habituados à disciplina, podem sentir-se perdidos por um tempo — sem chão. Mas depois, quando largam a disciplina, dizem: "Ah!" — e descobrem o grande alicerce do vosso próprio ser — e a sua imensa liberdade.

Há um propósito para esta aula, como todos sabem. E apesar de tudo o que digo, veem… ainda não desaprenderam o suficiente. Porque quando vos digo que criam a vossa própria realidade, nenhum de vocês acredita nisso com segurança suficiente para realmente tirar partido desse poder — para agarrar

essa grande liberdade criativa que vos pertence e usá-la para criar a vida mais criativa e alegre possível para vocês e para os outros.

E assim, continuam a dar desculpas a vocês próprios e aos outros. Dizem: "estou nesta situação por causa daquilo", ou "por causa daquela pessoa", ou "por causa do meu passado".

Isto aplica-se a todos aqui — incluindo o Ruburt. Quando finalmente reconhecerem plenamente a majestosa liberdade do vosso ser, e o vosso poder criativo, reconhecem-se como criadores — criadores da vossa vida diária, e criadores alegres da experiência colectiva do mundo como o conhecem.

E então, estarão prontos para dizer:
"Actuo a partir do pleno e alegre conhecimento da minha criatividade."

Nesse momento, não culpam os acontecimentos, nem os outros, nem as circunstâncias. Agradecem a vocês mesmos pelas alegrias do vosso ser, pela glória dos vossos dias. São capazes de dizer, até à menor célula no vosso ouvido:

"Saúdo-te. Estou grato pela nossa criatividade conjunta, pelo nosso conhecimento eterno, que é sempre novo."

Nesse momento, Rich, estás comprometido com a alegria do teu ser. Quando reconheces isso, brilhas com a magia do teu próprio ser — e não há restrições. Cantas quando as flores crescem, porque reconheces o teu papel na sua criação — e o papel delas na tua. São criadores e cuidadores do mundo que conhecem — e também do que ainda não conhecem, nos vossos termos.

E agora despeço-me com um afectuoso boa noite… em retrospetiva!

Após esta intervenção, Mike comentou: "Foi a primeira vez que o ouvi ser cáustico."
Seth voltou por um instante:

Seth: Foi cáustico amigável! Eu sei com quem posso sê-lo!

Rick Stack: Seth, se tentarmos trazer esse conhecimento celular sem usar drogas, estaremos sempre preparados, automaticamente, para absorver e assimilar esse conhecimento?

Seth (para Rick): Apenas ocorrerão as mudanças naturais ao vosso estágio de desenvolvimento.

Phil: E se usarmos técnicas como o yoga kundalini, isso também seria natural?

Seth: Isso depende do vosso desenvolvimento, das vossas crenças sobre o sistema em questão, e de cada um de vós pessoalmente. Depende também do reconhecimento de que a existência não é sombria, mas essencialmente alegre. E quando aprenderem, meus amigos, a não se deixarem aprisionar por sistemas, mas a usar os sistemas como preferirem — e descartá-los como quiserem — então estarão livres para confiar no vosso próprio ser e encontrar as vossas próprias respostas.

Jane então começou a passar pela sala, pedindo aos alunos comentários espontâneos sobre o que se tinha abordado.

Uma aluna disse que, naquele dia, tinha desperdiçado uma oportunidade de "responder à letra" a alguém — uma situação que esperava há muito. E quando finalmente surgiu, nas suas palavras, "falhou redondamente".

Sumari: Seguiu-se uma canção muito vigorosa em Sumari, aparentemente dirigida a três alunos e depois à turma toda. Após a canção, os alunos tentaram interpretá-la.

Seth regressou:

Seth: Têm de se sair melhor com as interpretações! A nossa bailarina turca esteve mais perto.

A raiva é tão natural quanto a chuva ou uma nuvem de tempestade. Quando têm medo dela, tentam senti-la sem a mostrar. O Sumari estava a expressar essas emoções por vocês — aquelas que não conseguiram expressar. Mas sentiram essa expressão — todos nesta sala a sentiram — e libertaram a vossa agressividade através de partes da canção.

Se têm medo da raiva, racionalizam a resposta: “Não, não senti raiva, apenas emoção.” Porque não querem dizer:
“Sim, libertei a minha boa e justa raiva.”
Isso é um tabu!

Mas a raiva libertada é tão natural quanto uma tempestade — e tão necessária. Se for negada, transforma-se noutra coisa — transforma-se em violência.

Os trechos mais suaves da canção, após a tempestade, simbolizavam exactamente isso: o desaparecimento da raiva e a sua insignificância depois de libertada.

Mais tarde, a conversa voltou às emoções, pensamentos e crenças.

Larry comentou que os pensamentos podem “dar pontapés”.
Seth interveio:

Seth (para Larry): E se lhes desses mais pontapés de volta, não precisariam de bombas — nenhum de vocês!

Se deixassem sair espontaneamente a vossa hostilidade quando a sentem, não acumulariam essa carga que depois sentem necessidade de despejar de uma vez — ou sentem que “serão condenados”. Ela não pesaria tanto sobre as vossas cabeças.

O problema não são os vossos pensamentos negativos, mas o medo que têm deles. Agora, vamos continuar a ver para onde se levam a vocês próprios.

Um aluno perguntou se o mesmo se aplica à supressão de afecto, assim como à raiva.

Seth (para o aluno): Quando começas a reprimir, começas a reprimir todas as emoções, em algum grau, e crias barreiras — porque tens medo da realidade do teu próprio ser.

Se não consegues expressar raiva, também não consegues expressar amor. E mais — acabas por confundir os dois!

(Larry estava a falar consigo próprio)
E todos vocês falam convosco próprios — por isso, ouçam o que têm a dizer.

Depois de mais alguns comentários, Seth voltou:

Seth: Isto pode ser difícil para alguns de vocês.
O "Todo O Que É" é ele mesmo, num estado de constante devir.

E (para a Florence), não entraremos agora nas tuas perguntas sobre esse ponto — porque conheço-as bem!

O Todo O Que É não é perfeito nos termos em que vocês pensam sobre perfeição.

Por isso, se vos dizem que têm de ser perfeitos — só podem falhar. Nunca conseguirão estar à altura, porque se julgam segundo um padrão de perfeição que, nos vossos termos, não existe.

Vocês são carne e osso enquanto estão nesta terra. E a carne e o osso têm dimensões miraculosas — mas a perfeição não é uma delas!

Não se julguem segundo um padrão impossível.
A alma não está terminada. Não está completa.
Logo, não é "perfeita" nos termos em que normalmente usam essa palavra.
Ela também aprende e evolui.

Portanto, não precisam de ser perfeitamente puros, ou perfeitamente santos, ou perfeitamente nada.
Sejam o que são. E sendo quem são, serão tão perfeitos quanto podem ser — tal como um esquilo é perfeitamente esquilo. E isso basta.

Seth (para Rich): ESFORÇA-TE!

(Rich e Phil comentavam com Jane sobre o que Seth dissera. Phil falava sobre a perfeição, quando Seth voltou.)

Seth (para Phil): E esse é o teu entrave: o "não-ser" e a perfeição. E deixo-te continuar a partir daí.
Calma, estabilidade, perfeição e controlo — coisas mortas. Mortas em termos do espírito e da alma. Não são características do eu interior, que viaja com alegria pelas suas próprias dimensões — porque é isso que faz: não a aniquilação do desejo, mas o seu cumprimento.
E o cumprimento do desejo leva à criatividade: a criatividade do Todo O Que

É, a criatividade da flor, a criatividade de mundos que nem conhecem flores, que desconhecem células, que seguem os caminhos vivos e curiosos dos seus próprios desejos, para mundos ainda não criados, desconhecidos, em direção à expansão, não à repressão.

Esses caminhos são as alegrias dentro do vosso próprio ser. Não os esmaguem. E não procurem nos outros o apoio que já está dentro de vocês. Nem em mim, nem em mais ninguém.
O espírito, as vozes, o conhecimento, o volume — tudo isso é vosso.

Na discussão que se seguiu, um aluno comentou que um dos nossos problemas é que, à medida que envelhecemos, temos de "desaprender tanta coisa" que nos ensinaram em crianças. Outro disse que parecia que tínhamos de abandonar tudo aquilo que a humanidade foi ensinada a acreditar.

Seth interrompeu:
— Para podermos ser humanos! Aproveitem a vossa humanidade. É onde estão neste momento. Aproveitem-na! Eu sempre o fiz.

Mais à frente, Phil perguntou a Seth sobre um problema de insónia que estava a ter.

Seth (para Phil): Vai para a cama à mesma hora todas as noites — seja ela qual for — e diz a ti mesmo que não te interessa minimamente se adormeces ou não. Diz-te que o descanso te fará bem, mas que não te interessa se isso acontece ou não. Diz-te que estás farto da luta e que te vais simplesmente deitar e deixar que aconteça o que tiver de acontecer.
Permite-te estar da forma que te apetecer — e adormecerás.

Phil: Posso fazer uma pergunta?

Seth: Podes, sim.

Phil: Quais foram as causas disto? Como começou?

Seth: Tens de descobrir essas causas por ti mesmo. E perguntar-te: porque tens tanto medo do inconsciente, se acreditas que ele não representa perigo? Diz simplesmente a ti mesmo que não queres saber — e o problema resolve-se. Prolongas-o pela tua obsessão com ele.
Deixa-te ir, sê o que és quando te deitas.

Deixa os pensamentos irem para onde quiserem, o corpo fazer o que quiser.
Pára de lhe dizer que tem de adormecer.
Ele não gosta de ser mandado!

Rich perguntou a Seth o que ele queria dizer com "viajar pelas emoções".

Seth: Estás sempre a viajar pelas tuas emoções.
E a tua interpretação de se os outros estão ou não preparados para lidar com a tua raiva... isso também é tua.
A tua raiva é assim tão devastadora? É omnipotente ao ponto de arrasar outra pessoa?

Isso deve responder à tua pergunta.

Agora, termino por hoje.
Por um momento, escutem os vossos "eus" infantis.
(Segue-se uma canção em Sumari.)

AULA DE PES - 21 de Março de 1972

Estávamos a conversar sobre a aula da semana anterior e sobre porque é que alguns de nós nos sentimos ameaçados pela emoção na voz da Jane, numa gravação passada em aula.

Seth: Porque é que tantas vezes se sentem ameaçados pela alegria? Porque é que o amor vos assusta? Porque é que, tantas vezes, a alegria dos outros vos faz sentir inferiores? Porque fogem dela?

Já falei muitas vezes sobre ser espontâneo, e disse-vos nesta aula para serem espontâneos. Então porque é que é fácil serem espontâneos quando estão irritados, mas difícil quando estão alegres?

Porque é que acham que estão a ser "adultos" quando expressam agressividade, mas "infantis e tolos" quando expressam alegria?

Essas são as perguntas que devem fazer a vocês mesmos — especialmente aqueles que ouviram a gravação.

Muitas vezes, a agressividade que expressam tão facilmente é na verdade medo da alegria, medo do amor, medo da verdadeira espontaneidade.

Se um dia acordarem e virem as flores a rosnavam umas às outras, então já não dirão:
"Ah, que flores tão lindas, estão a ser espontâneas."
Dirão:
"O mundo está a desabar."

O impulso daquela gravação levou, como era suposto, a várias situações. E espero que descubram isso sozinhos. Devem procurar as vossas próprias experiências culminantes, os vossos próprios êxtases, as vossas alegrias. Muitos de vocês, que pensam procurar a primavera, carregam o inverno no coração. Têm medo do desabrochar das flores. Porque o que é que esse calor vos exige? E como o podem igualar?

Esta é a aula do Ruburt! (grita) Se fosse minha, fechava as janelas, trancava as portas e punha a gravação a tocar durante três horas e meia!!

(Para uma aluna) Porque a nossa Senhora de V. está sentada atrás de mim e eu não a vejo, e pela conversa anterior, não quero que penses que estava a falar de ti especificamente. Mas, como sempre, ela reagiu mais fortemente — espelhando emoções que muitos aqui sentiram mas não expressaram.
Por isso, ela saiu da sala também por outros.

E agora, com um cliché, se me permitem: Um bocadinho de alegria nunca fez mal a ninguém! E se se apanharem a fugir dela como se fosse um crime, um terramoto ou um assassino, aí sim, preocupem-se. A chuva é alegria. Eu sou alegria. E todos vocês deviam sê-lo também!

Mais tarde, a conversa passou para amor, agressividade e Germaine Greer.

Seth: Eu não estou aqui para dar lições sobre "libertação feminina". Mas quero sublinhar algo que já disse: O que chamam agressividade… é energia. É impulso criativo. Quando mal usado, sim, pode ser destrutivo. Mas por si só, é o impulso criativo da acção.

Para muitos de vocês, especialmente os com fundo religioso, o que é "bom" é silencioso, frágil, submisso. E o que é "mau" é barulhento, cheio de vida. Acham que têm de andar de mansinho pelas tentações do mundo. Têm medo de que o mal seja poderoso e o bem fraco. E assim, têm medo da vitalidade, da alegria, da música — e ficam desconfiados da felicidade. Porque acham que para serem "bons", têm de sofrer.

Mas ouçam: Nenhum dos vossos "pecados" é assim tão grande. A palavra "pecado" foi inventada pelos homens e é altamente distorcida. As emoções fortes não são um problema. O problema é o vosso medo delas. Uma respiração é uma agressividade. É um impulso criativo para fora. Sem ela, não estariam vivos neste sistema físico. Qualquer ato de criação é um impulso, uma agressão, porque traz ao ser algo que antes não existia.

(Depois de uma pausa, uma aluna partilhou medos, alegrias e agressões; Sumari cantou para ela, e depois ela dançou com três colegas. Alguns tentaram falar Sumari. A conversa virou-se para "amor materno" e a forma como a criança o sente — como bênção ou fardo.)

Seth: Agora, estão a encontrar-se uns aos outros… mas mais do que tudo, estão a encontrar-se a vocês próprios. Estão a encontrar-se em diferentes idades, em diferentes contextos. Homens e mulheres. Cada experiência foi vossa, mesmo que a interpretação não tenha sido.

(Para Rick) O velho que serás já existe.
(Para Jeff) E a mulher que foste, também.
E a rapariga pequena e a velha também existem agora.
E o menino e o velho. Tudo isso faz parte da tua experiência.

Homens choram. Mulheres choram. É parte da experiência humana — tal como a alegria e o riso. Aceitem tudo isso da mesma maneira. As lágrimas vêm e vão — e trazem clareza.

Aluno: Jesus… mais vale que tragam uma luz brilhante!

Seth: Estás a ir bem. Não te esforces tanto. Concede a ti próprio liberdade. E digo-te agora que tu e o nosso amigo ali, o nosso primo de Richelieu, tiveram relações bastante íntimas no passado, nos vossos termos.

Aluno: Ela é que não consegue rir disso, pois não?

Seth: Tu também não estás a rir.

Aluno: Ah, mas eu estou!

SETH – E tu esforças-te demasiado. E mais uma coisa: guardas demasiados rancores, e quando ris, não ris com alegria, nesses termos. Deixa os rancores

irem embora e, como o Sumari tentou dizer-te há pouco, relaxa os ombros e deixa-te ir, observa mais os teus filhos, desfruta das suas brincadeiras e brinca também tu. E não tentes tanto, nem cries tantos desafios, nem queiras derrubar todas as bolas de uma só vez.

Aluno – Qual é o desafio entre ti e mim?

SETH – Não há desafio entre ti e mim, o desafio é sempre contigo próprio. E estás a construir cercas e barreiras, e estás a fazê-lo por motivos teus; são métodos de aprendizagem.

Aluno – Então vou simplesmente deixá-las cair.

SETH – Irás, sim, deixá-las cair.

Aluno – Muitas já caíram.

SETH – Queres uma medalha? (risos)

Aluno – Ora, porque não?

SETH – Então faz a tua própria e dá-a a ti mesmo, porque é o único tipo de medalha que realmente conta.

Aluno – Podes dizer-me o que significa "Natamber"?

SETH – Refere-se a um método de percepção que envolve o som. E é tudo o que te direi.

Aluno – És matreiro.

SETH – (para todos) Gostava que se lembrassem do que aconteceu na aula desta noite, que pensassem nisso, nas suas implicações e nas vossas reações, e no que essas reações significam. Nos momentos em que se sentiram ameaçados, examinem as razões. Não as evitem.

Aqueles que estiverem preparados, e aqueles que talvez façam o esforço de se levantarem a meio da noite para escreverem os seus sonhos, poderão encontrar excelentes exemplos de transformações que ocorrem no estado de sonho, relacionadas com os "eus prováveis". Por isso, sugiro que os membros regulares da turma examinem os seus sonhos. E os escrevam… e

talvez na nossa próxima aula, alguns desses sonhos tenham mais significado para vós.

Os vossos amigos também decidiram fazer outra experiência, na qual vos vão observar durante algum tempo. E, por isso, estão também convidados, como sempre, a usarem as vossas próprias percepções e a tomarem consciência dessa vigilância amigável. O que é bom para um, é bom para o outro.

Desejo-vos, então, uma boa noite; e aquelas bênçãos que tenho para vos dar, dou-vos, e aquelas que não tenho para dar, tereis de encontrá-las por vós mesmos.

AULA DE PES 9 DE MAIO DE 1972
A turma tinha estado a discutir a nossa realidade e como a criamos, e o Richard perguntou se havia alguma divisão.

SETH – (Agora) Não há divisão, excepto aquela que criam quando fecham os vossos próprios pensamentos de vós mesmos — aí criam uma divisão. Têm falado sobre segredos, segredos que guardam uns dos outros. Mas não falaram sobre os segredos que guardam de vós próprios, aqueles pensamentos com os quais estão bastante familiarizados e que, mesmo assim, fingem não ouvir; aqueles sentimentos que são vossos mas que ignoram, aqueles impulsos que interrompem antes de chegarem à consciência. A corrente de consciência — olham para ela e dizem: "ah, este é bom", e agarram-no. O resto dizem: "ah, é matéria do subconsciente, não presta", e deixam passar. Cada um de vocês conhece-se a si mesmo. É apenas uma questão de quanta informação estão dispostos a assimilar. Não há divisão, vocês guardam segredos de vós próprios. Esses são os únicos segredos com que realmente se devem preocupar. Alguns de vós já descobriram alguns dos vossos próprios segredos — não pelo que disseram, mas pelo que outros disseram. E essa é a resposta às vossas perguntas.

Sumari apresentou uma canção pessoal para dois dos alunos.
Jane pediu ao Arthur que descrevesse Sumari quando Seth se manifestou.

SETH – Isto é o que é o Sumari; fechem os olhos ou abram-nos, como preferirem.
UMA CANÇÃO SUMARI
SETH – Pois bem, isso é o Sumari, e isso é (o que vocês são).

AULA DE PES – 1 DE DEZEMBRO DE 1970
Um aluno comentou que os olhos de Jane ficavam azul-escuro quando Seth falava. … que eu tenho uns olhos tão bonitos e azuis.

SETH – Fico, de facto, muito lisonjeado. Estás a ver porque gosto desta aqui ao lado. Agora, o nosso amigo Ruburt queria fazer uma pausa, e vou deixá-lo. Prometi-lhe que o deixaria dar a sua aula sozinho uma noite, sem interromper, e aqui estou eu a fazê-lo outra vez.

Durante a pausa, um aluno e a Jane discutiram os escritos de B. F. Skinner.
SETH – (Para o aluno) A pior coisa que poderia acontecer ao teu amigo Skinner — e eu entendo que não o consideras um amigo, e entendo o ponto que estás a tentar fazer — mas a pior coisa que lhe poderia acontecer seria colocá-lo numa dimensão futura, num ambiente tão estéril como aquele em que ele colocou os seus filhos. Ele acharia que era um inferno, de facto, e da sua própria criação. No entanto, ele está a trabalhar questões, à sua maneira, e alguns dos desenvolvimentos que surgiram como resultado do seu trabalho são, de facto, legítimos, mas levarão muitos a áreas bastante infelizes. Por isso, não te estou a colocar na mesma "caixa" que Skinner, porque entendo o ponto que tentavas fazer.

Agora, desejo boa noite aos nossos amigos aqui presentes e dou uma calorosa boas-vindas aos que nunca estiveram cá antes.
(Para um aluno) – Apreciei a tua intervenção e, do meu ponto de vista, foi divertida.
(Para outro aluno) – Nem me atrevo a olhar para aqui, na direção do meu amigo, que vai ver se os meus olhos já estão azuis.

Um aluno partilhou as suas ideias sobre o bem e o mal.

SETH – Ora, o eu espontâneo, o eu interior deixado em paz, é uma coisa boa — e não vamos entrar na questão da definição da palavra "bom". Deixado em paz, o eu interior mantém o teu corpo a funcionar, a tua visão apurada, o teu equilíbrio perfeito; mantém-te vivo; dá-te uma sensação de alegria e vitalidade, e preenche-te com a alegria de Tudo O Que É, que, como muitos de vós sabem, é o meu termo para "Deus". Deixado em paz, então, és de facto uma criatura perfeita e sentes uma união com a natureza. E quando

caminhas na rua, sentes uma unidade entre as pontas dos teus dedos e as copas das árvores, e entre os teus pés e o chão que pisas.

É apenas quando interferes com o eu espontâneo que surgem dificuldades, e essas dificuldades podem, se preferires, ser chamadas de mal. O mal surge — e não entraremos na definição da palavra "mal" — quando, e precisamente quando, deixas de reconhecer que o eu interior é a fonte de alegria, vitalidade e criatividade. E nesse momento, de facto, quando surgem dúvidas, passas a desconfiar de ti próprio e do eu interior que forma a tua imagem física. Quando não aceitas o eu espontâneo, decides aceitar certos sentimentos e negar outros. E aqueles que negas, que não consideras aceitáveis, crescem dentro de ti até ganharem uma forte carga — e essas cargas reprimidas, individualmente e em massa, causam violência. E se quiseres equiparar a palavra violência à palavra mal, então essa é a sua origem: a desconfiança do eu espontâneo, o eu interior que existe dentro de cada um de vós.

Agora, vejam: temos visitantes, e estou a soar severo — e sabes, meu caro amigo, o que tenho de fazer. Tenho, portanto, de vos dizer que, como sou muito mais velho do que qualquer um de vós e mais morto do que a maioria, devem reconhecer e sentir a vitalidade que flui através desta imagem e, ao senti-la, perceber que essa mesma energia está disponível para cada um de vós. É a vossa herança. A herança da alegria, da espontaneidade e da criatividade. Por isso, usem-na. Reconheçam-na em vós próprios e não desconfiem dela.

(Para um aluno) – Uma nota para o nosso orador aqui. Mais uma vez, tiveste sonhos importantes que não recordaste. Agora, vou deixar o meu amigo fazer uma pausa e sintonizar-me com a vossa conversa. Lembrem-se de que os Deuses, ou Deus, se preferirem, estão cheios de alegria e criatividade, e falam às próprias células do vosso ser — por isso, escutem. É o mínimo que podem fazer.

[(Para um aluno) – Vens cá porque gostas dos meus olhos azuis.] (perdido na gravação)
(Para outro aluno) – Agora, veremos mais de ti.

Aluno – Veremos.
SETH – Veremos mais de ti.

Aluno – Tenho de perguntar à minha mulher.
SETH – Agora, ouve-me. Não precisas de te esforçar tanto. Se confiares no teu eu interior, então crescerás como cresce uma flor. A flor cresce de forma correta e não se esforça para crescer; não diz a si mesma: "Tenho de crescer cinco centímetros, nem que seja até ao pôr do sol de amanhã." Uma flor simplesmente é, e permite-se crescer, e tem plena certeza do seu ser e do espírito de Tudo O Que É, que está dentro dela.

Ora, o bem é tão natural como o crescimento de uma flor. Mas, se uma flor parasse quando o sol brilha sobre ela, e começasse a pensar: "Espera... devo crescer para a esquerda ou para a direita? É bom que o sol brilhe sobre mim, ou será que está a tornar o crescimento demasiado fácil? Deverei, portanto, tentar crescer na escuridão? Deverei crescer cinco centímetros para a direita ou cinco para a esquerda? Tenho de esforçar-me para crescer. Tenho de desenvolver um ego e um intelecto, e tenho de me esforçar para alcançar esse sol que é Deus, e tenho de trabalhar arduamente porque, se não me esforçar, não alcançarei nada. Mas preciso de alcançar."

E, ao lado da nossa flor intelectual e conscienciosa, está uma flor tola. E esta flor tola está ali, sente o sol nas suas pétalas, abre as folhas e diz: "Este é o sol, e é bom." E dentro dela está o espírito do crescimento, e ela segue-o e dá-lhe liberdade — e não lhe importa se cresce para a direita ou para a esquerda, pois confia plenamente no espírito dentro dela e sabe que crescerá corretamente. E assim cresce — e cresce de dentro para fora. E é perfeita e forte. Mas, ao lado dela, está a nossa flor intelectual e espiritual, e esta flor diz, mais uma vez, às três da tarde: "As sombras estão a chegar, as sombras são más, o sol está a desaparecer e a noite está a chegar, e a noite é má. Tenho de considerar como posso enfrentar estes adversários, porque é difícil crescer na direção certa. É fácil falhar, não usar as minhas capacidades, não crescer." E eis que, de manhã, o sol nasce — e o que encontramos? A nossa flor tola em plena floração ao sol da manhã, e a nossa outra flor com uma folha para baixo, outra para cima, e a cabeça em baixo, ainda a refletir sobre a natureza do bem e do mal, sem confiar no espírito de vitalidade que existe dentro dela, sem ouvir a voz interior ou a vitalidade interior, questionando-se a cada momento e a cada hora: "De que forma devo crescer? Devo aceitar o sol ou a chuva? Serão estas forças malignas?" E dizendo a si mesma, repetidamente, que crescer é difícil e morrer é fácil. Dizendo a si mesma,

vezes sem conta, em termos metafísicos, que ser bom é difícil e ser mau é fácil. E isso é uma ilusão.

Aluno – Seth, a flor que tu chamas de "flor tola", aquela que simplesmente está ali naturalmente e aceita o que lhe é devido, essa flor tem a responsabilidade de tentar iluminar a sua flor-irmã, que parece estar presa na confusão?
SETH – Tem, sim. E fá-lo pelo exemplo. Pois a outra flor deveria olhar e dizer: "Como é que o meu irmão cresce tão lindamente à luz do sol?" Agora, entende, estou apenas a usar uma analogia; não estou a dizer que o intelecto está errado ou que não o devam usar. Como qualquer professor, escolho um exemplo. Mas a existência da nossa flor tola é, por si só, um exemplo. E digo-vos, da forma mais simples que posso, que podem confiar no vosso eu espontâneo interior. É, nos vossos termos, um espírito de Tudo O Que É. Sabe como vos fazer crescer. Fê-lo desde o feto até ao adulto — e fê-lo sem o vosso esforço, sem que estivessem a interrompê-lo constantemente com perguntas como: "Estarei a crescer bem? O meu dedo do pé esquerdo está a crescer na direção certa?"

Se tivesse sido tudo decidido por vós, o corpo nunca teria sido formado corretamente — teriam demorado demasiado tempo a tomar uma decisão. Agora, por vezes a minha voz parece severa por questões mecânicas, por isso entendam que não estou a falar-vos com severidade. Quero apenas relembrar-vos que a alegria dentro de vós é o caminho — e que não precisam de se esforçar tanto de forma intelectual. E eu voltarei, por isso guardem as vossas perguntas.
(Para um aluno) – Queres ver os olhos azuis mais uma vez?

Aluno – Não estão azuis agora, Seth.
SETH – Lamento, tê-lo-ia feito por ti. Fiz isso porque tu (palavras perdidas) olhos azuis e conseguiste relacionar-te com eles. Depois estraguei-te. Ao permitires-te ser espontâneo, desenvolves automaticamente todas as tuas capacidades — e, assim, consegues relacionar-te com os outros de forma honesta e plena. E, quando olhas para os rostos dos outros, não vês o reflexo da tua própria ignorância. Não projetas sobre os outros os teus próprios erros, nem reages a eles como se fossem alheios a ti. A única forma de cumprires a tua responsabilidade para com os outros é sentires a tua própria espontaneidade, que é o espírito de Tudo O Que É dentro de ti — e então poderás ajudar os outros. Estás a seguir-me?

Aluno – Sim, estou a seguir-te. Mas ainda não percebo completamente se, mesmo sentindo essa espontaneidade, temos ou não a opção de reagir em função dela?
SETH – Segues com ela. A menos que sejas uma criança, não entrarás no Reino dos Céus. A menos que vivas com alegria, a menos que vivas com confiança no espírito, não estás inteiro. Uma criança pequena conduzi-los-á, porque a espontaneidade do espírito conhece Tudo O Que É. Ora, Tudo O Que É não é digno, não é adulto, não é pomposo — Tudo O Que É simplesmente *é* — e na sua essência está a criatividade. Podes dar total liberdade ao teu intelecto, desde que ele siga a espontaneidade do teu ser e desde que te possas abrir aos outros. Estás a seguir-me agora?

Aluno – Sim. Posso fazer só mais uma pergunta?
SETH – Podes, sim.
Aluno – Obrigado. Queria apenas esclarecer esta questão de que temos falado sobre o bem e o mal — ou o bom e o mau — palavras relativas que cada um define à sua maneira. Mas, na tua perspetiva, uma vez que tenhamos experienciado ou sentido essa espontaneidade, dizes que podemos escolher segui-la. Considerarias que fazer essa escolha — seguir a espontaneidade — é algo "bom"?
SETH – Consideraria, sim. É a única escolha que podem fazer e continuar a viver.
Aluno – Literalmente?
SETH – Literalmente. Caso contrário, escolhem destruir a vossa consciência.
Aluno – Então estás a dizer que, uma vez conscientes da espontaneidade, se quisermos sobreviver, temos de continuar a desenvolver-nos ao optar por segui-la?
SETH – Sem dúvida, e irão fazê-lo. Se não seguissem a vossa espontaneidade, não seriam capazes de me olhar e piscar os olhos. O "eu questionador" que se senta tão atentamente na vossa cabeça deve a sua existência ao eu espontâneo dentro de vós — sem ele, a cabeça adulta nunca teria existido. Seguem o eu espontâneo enquanto forem conscientes, seja em que vida ou existência for. Mas, para evoluírem espiritualmente, devem unir-se a ele conscientemente, com alegria e entrega.

Agora, o meu amigo Ruburt não é dado a citar a Bíblia Cristã ou a usar exemplos cristãos, mas direi isto: há uma passagem que fala dos lírios do campo. Ora, quando não confiam no eu espontâneo, são como os lírios no

campo — as nossas flores novamente — que de repente começam a preocupar-se com a possibilidade de não serem alimentados, vestidos, sustentados, ou abrigados [(parte em falta na gravação), e que os nutrientes que lhes dão existência possam ser-lhes retirados]. Supõe-se que acreditem que são apoiados e sustentados por Deus, nos vossos termos — por um espírito de vitalidade ou por Tudo O Que É. Na medida em que não acreditam nisso, cortam-se dessa fonte. Essa é a minha resposta imediata para ti esta noite, meu jovem — mas podes encontrar as tuas próprias respostas ao reconheceres o teu eu espontâneo e ouvires a voz de Tudo O Que É dentro de ti.

Aluno – Que método recomendarias? Compreendo que o livro, claro, nos dá muitos exemplos, muitas ideias. Mas o que recomendarias?

SETH – Fica em silêncio e ouve, isso é tudo o que é necessário.

Aluno – Quando dizes "fica em silêncio e ouve", estás a dizer que o ego deve silenciar-se e ouvir, através do tempo psíquico, experiências como esta?

SETH – Sim, de facto. Mas não estou a dizer que deves desrespeitar o ego. Ele é uma parte altamente valiosa de ti, por isso não o menosprezes. Ensina-o a ouvir, e ele ouvirá. Agora, deixo-vos regressar momentaneamente às vossas conversas. Que a paz e a alegria estejam convosco e não se preocupem em demasia. Preocupas-te demasiado, és alguém que rumina muito.

Durante a pausa, um aluno perguntou se havia algo em que acreditar.

SETH – Deves acreditar que estás vivo. Deves acreditar que o teu dedo mindinho soube como crescer de uma célula minúscula até ao que é agora. Deves acreditar, portanto, na espontaneidade que existe dentro de ti.

Aluno – Tenho de acreditar num Deus?

SETH – Não precisas de acreditar num Deus. Não precisas de acreditar em mim. Não precisas de acreditar em mais ninguém nesta sala. Mas é melhor que acredites na tua própria consciência e vitalidade. E é melhor que reconheças que não chegaste aqui por ti próprio. E, ao perceberes que não chegaste aqui sozinho, deves confiar no processo que te trouxe até aqui. A espontaneidade que não tiveste de questionar.

Agora, gostaria de observar as reações do nosso bom estudante de psicologia.

Aluno – Ele tem estado a estudar-te.

SETH – No entanto, ele não é psicólogo de facto, porque isso é como um manto que pensa que tem de usar para esconder o seu interesse no eu interior. Também espera aprender — o que é sempre bom. Não precisas de desconfiar do intelecto.

Aluno – Certo.

SETH – Mas pensas que a disciplina é uma boa ideia e que proporciona uma boa estrutura onde podes permitir alguma liberdade ao teu eu espontâneo, sem o perigo, que temes, de o deixares ir longe demais. Agora, dá-nos um momento… Uma vida como bailarina, mulher, em França. Eras uma excelente dançarina. Ano de 1342. Não sei a grafia, a cidade chamava-se, foneticamente, "Managay" [(parte em falta na gravação), a 42 milhas, na época, de Paris]. Agora a cidade tem outro nome. Eras muito boa em movimentos rápidos, em rodopiar e mover-te com agilidade através do movimento corporal. Tinhas uma personalidade camaleónica, adotando a cor do grupo. Uma personalidade do tipo mercúrio, rápida, mas que não se preocupava, nessa vida, com questões sobre a morte. No entanto, eras fascinada pelas aparências — não só pelas personalidades superficiais, mas por tudo o que era visual e decorativo: móveis, design, vestuário, em particular — brilho. Desconfiavas dessa parte superficial de ti. Embora te fascinasse, também te causava desconfiança. Tinhas medo de explorar qualquer profundidade. Isto é, se me permites, uma história algo superficial, mas serve para destacar certos pontos essenciais.

Houve uma existência seguinte, em Espanha, como homossexual, onde tentaste expressar plenamente tanto qualidades masculinas como femininas. Nessa vida, destacaste as delicadezas emocionais e de movimento que uma orientação de um só sexo pode muitas vezes esconder. Foste, nessa vida, um bailarino espanhol. E, mais uma vez, a sensação de movimento. Dá-nos um momento... Nessa vida, porém, começaste a sentir emoções mais profundas, tanto em ti como nas tuas relações com os outros. Essa vida decorreu entre 1832 e 1850 — morreste muito jovem, numa cidade a 75 quilómetros de Madrid. Toda essa experiência permitiu-te ir além da superfície, embora ainda

fosses fascinada por ela — mas agora usavas essa superfície como ponto de partida para ir mais fundo. Alcançaste uma certa liberdade, particularmente no plano psicológico, ao desenvolveres capacidades femininas e masculinas com alguma facilidade.

Agora, mais um momento… Numa vida posterior, ainda te sentes deslumbrada pelas aparências, pelas mudanças rápidas, pelo movimento. Focas-te mais em equilíbrios psicológicos — ou melhor, na mudança de equilíbrios. Estás sintonizada com as alterações de humor, que consideras fascinantes. Pensas na personalidade e no momento como uma superfície brilhante que continua a fascinar-te, mas agora, por baixo, já consegues ver os rostos e formas em mudança e, até certo ponto, relacionar-te com eles. Mas ainda desconfias — muito — da tua própria fascinação pela superfície. E por isso tentas forçar-te, de certo modo, a ir mais fundo. Parte disso tem a ver com as tuas relações — percebes intuitivamente que ela está familiarizada com essas profundezas de várias formas e, por isso, tentas explorar a realidade dela. Mas, ao mesmo tempo, queres voltar a dançar — em sentido figurado.

Agora, eu sou um psicólogo muito antigo.
Dou-vos todas as bênçãos que tenho para dar, e podem fazer uma pausa. Quando entro no meu "número", usando esta voz com grande volume, não é para me gabar da minha vitalidade, mas sim da vossa, que não compreendem e que não se permitem usar. Ela cresce dentro de vós como a semente de uma flor. Só a vossa atitude vos faz pensar que precisam de a vigiar constantemente, como quem olha para um tacho à espera que ferva. Paz convosco.

Jane Roberts (fora de transe) – Às vezes esta aula sai do controlo.

SETH – (Para os alunos) – Gosto de vocês. E gosto dos vossos dois amigos aqui ao lado. Eles não estão fascinados pelas aparências, no entanto, e não querem, a nível subconsciente, que eu vá muito fundo nas suas vidas, personalidades ou motivações. Pensam apenas que querem. E por isso estamos a poupar-vos — não se sintam ignorados. Não sinto que estejam a ignorar-me. Esta é a vossa pausa, e tentarei deixar-vos aproveitá-la.

(Para um aluno) – O que estás a receber, quando ultrapassas as distorções da comunicação verbal, é um exemplo psicológico da natureza da personalidade humana — e é isso que quero que compreendas.

Aluno – Que as pessoas devem acreditar?

SETH – Quero que compreendas que estás a presenciar uma demonstração da natureza da personalidade humana. Ruburt é um ser humano. Não há nada na personalidade dele que não exista também em ti. Nenhuma capacidade, nenhum poder que não esteja inerente em cada um de vós. Podem usar essas capacidades conforme decidirem, e alguns usarão umas e ignorarão outras. Podem não querer canalizar uma personalidade como a minha, por exemplo — e, se não quiserem, não há razão para o fazerem. Mas devem usar as capacidades da personalidade humana que são vossas. São dádivas de Deus — se o meu amigo Ruburt me perdoar quando sair do transe.

Não me preocupa que a nossa amada máquina (a gravação) não esteja a funcionar. Agora deixo-vos regressar à vossa pausa, mas queria que compreendessem que isto é uma demonstração da natureza da personalidade humana — capacidades humanas naturais, dadas por Deus.

Aluno – Das quais todos possuímos igualmente.

SETH – Exatamente.

Aluno – É uma questão de desenvolvimento?

SETH – E de aceitação.

Aluno – Então o desenvolvimento vem da aceitação, certo?

SETH – De reconhecer que o eu interior é espontâneo — uma dádiva divina, nesses termos. Agora, isto nada tem a ver com o facto de que a vossa ideia do que é "dado por Deus" é tridimensional e altamente distorcida. A personalidade, tal como a entendem — ou, perdoem-me, como os vossos queridos colegas frequentemente a entendem — é uma coisa tridimensional. Mas a personalidade é multidimensional. E aquilo que estão a presenciar agora é multidimensional — e cada um de vós também o é.

As histórias que vos contaram ao longo dos séculos foram contadas para que as pudessem compreender — em parábolas e encantadoras fantasias infantis. São histórias belas, e dentro delas há sementes de verdade. Mas aqueles que vêm a estas aulas já não precisam de contos para crianças. Porque, em espírito, reconhecem a sabedoria que está dentro de si. Por isso, não importa se Cristo é uma fantasia encantadora tecida pela mente tridimensional do homem em resposta a uma realidade maior — pois essa realidade maior ainda existe e está dentro de cada um de vós. E, como este exemplo da natureza da personalidade deve mostrar-vos, a personalidade humana, por si só, tem muito mais capacidades do que aquelas que geralmente estão dispostos a reconhecer. E o mesmo se aplica ao Tudo O Que É — possui muito mais do que geralmente estão dispostos a aceitar.

Tudo O Que É é muito mais do que conseguem perceber intelectualmente — mas podem experimentar, de forma subjetiva, um vislumbre do que Tudo O Que É realmente é, à medida que canta através das células do vosso ser. Agora, não quero impedir-vos de dormir. Longe de mim manter-vos longe das vossas almofadas.

(Para um aluno) – Uma observação: estás a ir muito bem.

(Para outro aluno) – E o nosso amigo, ali com os óculos, cujos olhos perfuram o encosto da cadeira. Agora, aqueles de vós que estiverem prontos para ouvir, receberão algumas observações minhas esta noite, no estado de sonho.

(Para Jeff) – E sim, irás ter sucesso com o pêndulo.

Conversas entre os alunos.
SETH – E agora?

Mais conversa entre os alunos. (Pergunta de aluno inaudível)
SETH – É isso mesmo.

Mais conversa.
SETH – A informação que recebeste até agora é legítima e sim, deves enviá-la para ele.
(Para um aluno) – Há uma personagem num conto que estás a escrever neste momento, é uma personagem masculina – ele está demasiado desequilibrado, muito unidimensional.

SETH – Em breve vou encerrar a sessão para que todos possam ir para casa. Mas antes disso, (para um aluno) – os psicólogos académicos consideram que a personalidade é composta pelo eu consciente, o subconsciente e, se estiverem minimamente atentos, pelo inconsciente. Mas muitos deles eliminam completamente o inconsciente. Ou seja, não consideram que a personalidade humana é multidimensional. E até que compreendam a realidade multidimensional da personalidade, não terão qualquer psicologia de verdade. Pois a vossa personalidade, e a personalidade de cada pessoa nesta sala, é multidimensional. Habitais o universo que podem ver, cheirar e tocar, mas também habitam universos por baixo, para além e dentro desse.

Os sonhos que estão a ter são altamente significativos — fazem parte da vossa estrutura psicológica e constituem uma porção da vossa realidade. E seriam muito mais pobres se não se lembrassem desses sonhos e não tivessem consciência deles. Eles acrescentam dimensão à vossa realidade no mundo tridimensional. Os psicólogos, falando academicamente, não percebem que a consciência pode sair do corpo e, por isso, ignoram todas as questões nesse sentido. Não reconhecem que a telepatia funciona constantemente e, por isso, quando consideram problemas familiares, não entendem que, telepaticamente, a família é uma unidade, e que cada membro está constantemente a captar, receber e reagir às sugestões telepáticas dadas pelos outros membros da família.

E essa é a minha resposta. As bênçãos que tenho para dar, dou-as agora. Os meus mais calorosos cumprimentos a todos, e uma boa noite.

Alunos – Boa noite, Seth. Boa noite, Seth, e obrigado.

AULA DE PES 31/08/1971

JANE: O Seth já falou sobre estes pontos de coordenação, e disse... bem, vocês não sabem o que são, pois não? Não faz mal. Ok. A experiência que tenho em mente envolve mais desta energia que sai pela parte de trás da cabeça, porque acho que fizemos um excelente trabalho nesse sentido, e sinto que é algo bastante significativo. Fizemo-lo numa aula de Escrita Criativa, sem qualquer sugestão sobre o que iríamos encontrar, sem falar em eus prováveis ou outra coisa. Hoje vou sugerir que o façamos com isso em mente.

Já sinto... sim, ok, por isso peço a todos os que quiserem participar que fechem os olhos, já que parece ser o mais fácil. Tentem ficar confortáveis. Aos que são novos, considerem isto uma aventura de consciência — e vejam o que conseguem fazer com ela. Fechamos os olhos simplesmente porque facilita o processo. Sugiro que fechem então os olhos.

Os membros regulares da turma não deverão ter dificuldade em sentir aquela sensação que sentimos na parte de trás da cabeça, como se uma pirâmide se abrisse. Gostava que todos se permitissem total liberdade ao nível da perceção. Se sentirem essa sensação específica na parte de trás da cabeça, podem simplesmente segui-la. Se não a sentirem, imaginem a pirâmide — o ângulo a estender-se para um caminho atrás de vocês.

Os que já participaram nisto anteriormente só têm de enviar a consciência através dessa pirâmide para que ela encontre as suas próprias aventuras. Os outros podem fazê-lo de forma imaginativa. Imaginem-se a sair, talvez como uma miniatura de vocês mesmos, a sair dessa pirâmide. Se quiserem, podem até parar e olhar para trás, para a parte de trás da vossa cabeça.
Acredito verdadeiramente — e a maioria da turma também — que há dimensões da consciência abertas para nós, se simplesmente tentarmos. E esta é uma delas. E nesta jornada em particular, deixamo-nos completamente abertos à experiência, sem impor exigências nem fazer sugestões.

Sigam então o caminho. Se a imagem se transformar para vocês, ou se estiverem a viver a vossa própria versão, ótimo — então sigam-na, e usem apenas a minha voz como ponto de ligação, como algo que vos conecta à sala. Quem estiver a seguir a pirâmide, espera-se que consiga percorrê-la com facilidade, e que ela se estenda paralelamente ao nosso nível habitual de experiência.

Há uma porta no outro extremo — e pode ser aberta facilmente.
Se derem por vossa consciência a estar ciente de outras coisas, então sigam-nas, mas deem-lhe liberdade natural e usem-na.
Desfoquem a vossa atenção do ambiente físico habitual.
A vossa consciência é como uma luz para usarem — então usem-na livremente. Procurem outras áreas de perceção para além daquelas que normalmente seguem. Podem ver cores. Podem ver pessoas. Podem ver uma cena. Podem apenas estar envolvidos numa sensação cinestésica. Mas seja o que for, sigam-no e permitam-se essa liberdade.

Podem descobrir que a própria pirâmide muda de dimensão — talvez se abra por cima, ou por baixo, ou que se revele uma sala de cada lado. Sintam-se livres para explorar tudo o que encontrarem. E, acima de tudo, desfrutem da sensação da vossa própria consciência enquanto faz estas coisas.
A consciência tem uma sensação, tal como o corpo tem. Quando fazem coisas diferentes com ela, ela sente-se de forma diferente. E essas sensações podem ser pistas — assim, quando as sentirem novamente, serão familiares.
A consciência não é algo etéreo, distante, que se vê ao longe. É uma parte viva e vital de nós. Proporciona vários tipos de sensações. Está mais livre fora do corpo do que dentro, por vezes. Por isso deixem-na encontrar o seu próprio caminho nesta experiência. Deixem-na ir para onde quiser.
Deem-lhe o mesmo tipo de liberdade que dariam se segurassem uma lanterna e a apontassem para a floresta. Não diriam "vou só apontar nesta direção porque é mais segura" — apontariam para todo o lado para verem o que vos rodeia.
Normalmente, só apontamos a nossa consciência numa direção e dizemos "isto é o real" — mas, nesta experiência, deixemos a luz percorrer a pirâmide em qualquer direção que quisermos.

Abramos portais que possamos recordar. Se sentirem novas sensações ou perceções, tanto melhor.
Percebam, tanto quanto possível, que vocês não são a vossa consciência. A vossa consciência é algo que vos pertence, que está ao vosso dispor. E usem-na com prazer. A consciência é apenas uma das vossas capacidades.
Deem-lhe liberdade. Qualquer que seja a experiência que estejam a ter agora, sigam-na o mais claramente possível. Deixem que vos traga pistas sobre a natureza da realidade.
Não precisam de fazer julgamentos. Isto é como tirar fotografias de uma terra estranha.
Por isso, não façam julgamentos sobre o que veem, ou ouvem, ou sentem.
Tudo o que sei é que, dentro, além e através do mundo que conhecemos, existem outros níveis de realidade, outras dimensões de atividade, outros gestalts psicológicos que podemos explorar.
Permitam-se essa liberdade total.

Vou ficar em silêncio por um momento, durante o qual podem explorar o que estão a experienciar. Depois usem a minha voz como um fio condutor para regressarem à perceção normal.

Agora comecem a regressar.
Comecem a trazer a consciência de volta pela pirâmide até à sala.
A sensação na parte de trás da cabeça deverá tornar-se mais forte à medida que regressam ao eu que conhecem e às perceções que vos são familiares.
Regressem com prazer ao tipo de perceção que sempre conheceram.
Regressem ao corpo, que é tão seguro e disponível.
Regressem com prazer à forma física que é um veículo para a vossa expressão neste tempo e neste lugar.
Regressem ao tempo e ao lugar com alegria — como alguém que regressa a casa — mas sabendo, no fundo da mente, que existem muitas casas, muitos lugares, muitos tempos.
Mas, por agora, voltem a focar-se, regressando com prazer ao corpo.
A consciência a regressar mais uma vez ao belo crânio de osso marfim, os olhos a abrirem-se para a sala comum.

(Fim do exercício da Jane)

SETH: Todos vocês são realidades multidimensionais. Estão a aprender a usar a vossa consciência para se tornarem co-criadores conscientes da vossa própria realidade.
Alguns de vocês, esta noite, depois da aula, irão envolver-se em algumas aventuras que espero que consigam recordar.

Agora, peço-vos mais uma vez que fechem os olhos e me sigam o melhor que puderem. Não têm de me seguir — e os visitantes aqui presentes esta noite não precisam de sentir que o devem fazer. Dêem a vós próprios a liberdade de não me seguir se não o desejarem. E os restantes, concedam-se a liberdade de me seguir, e peço à nossa amiga Nancy que feche a porta.

Os membros regulares da turma sabem como uso esta voz. Quero que compreendam que a energia nela contida é também a energia dentro de vós. Ou seja, possuem a mesma energia em vós, e se decidirem usá-la, podem fazê-lo. Eu uso-a apenas para vos mostrar que também está disponível para vós.

Quero que traduzam o som da voz em intensidades de diferentes tipos de perceção. Quero que usem a energia por detrás da voz como um lembrete da vossa própria energia. Quero que se abram à realização de que são

multidimensionais — e que experimentem essa multidimensionalidade de forma pessoal, não apenas teórica.

Quero que tenham uma experiência emocional, em que, mesmo que apenas por um momento, sintam a plenitude e vitalidade da vossa própria natureza e identidade. Quero que sintam dentro de vós as vossas capacidades, energia e poder. Quero que o sintam tão intensamente que esse conhecimento íntimo permaneça convosco.

Agora, mesmo à medida que esta voz se intensifica, deixem que os sentimentos dentro de vós também cresçam. Sintam a vossa própria energia interior preencher a vossa consciência e o vosso ser físico com vitalidade, conhecimento e a alegria de existir. Deixem que o som da voz desperte em vós o poder da vossa identidade e independência — a integridade do vosso ser.

Que ela vos traga a memória de todos os vossos eus. Que despertem para os vossos eus presentes. Que tomem consciência de todas as partes que compõem a vossa personalidade. Que essas áreas separadas dentro de vós despertem e se unam. Que o poder, a vitalidade e a criatividade do vosso eu interior vos preencham agora com conhecimento e alegria — a essência da vida. Que ecoem através das células do vosso corpo, que dancem nas células do vosso cérebro. Que elevem o vosso espírito.

Que vos deem, de facto, uma vitalidade e força que permanecerá convosco, com a qual se podem identificar — e que vos conduza diretamente aos vossos eus interiores.
E agora, num sussurro, deixo-vos convosco mesmos. Abram os olhos para a sala e para o tempo que conhecem — mas sintam essa vitalidade e saibam que é vossa. E quando estiverem tão mortos como eu estive, nos vossos termos, durante todo este tempo, espero que ainda consigam gritar com tanto vigor quanto eu.

JANE – (para um aluno) Sei que ele fez alguma coisa.
SETH – (para um aluno) Explica o que fiz.
(Um aluno recapitulou os comentários anteriores de Seth para Jane.)

JANE: Gostava de dizer algo. Tudo o que fazemos na aula, vocês podem fazer sozinhos. Alguns de vocês até conseguirão ir mais longe sozinhos do que em

grupo, com certos tipos de experiências. Outros podem encontrar ideias na aula que depois aplicam por conta própria. Mas, se não dedicarem tempo a isso, não terão resultados. Cabe a cada um decidir quanto tempo quer investir — e quão curioso está em usar as suas capacidades para descobrir o que consegue fazer com a sua própria consciência.

Porque cada um de vocês pode fazer coisas diferentes com a sua consciência, diferentes daquilo que eu consigo fazer com a minha — porque a vossa consciência é vossa. As vossas experiências serão vossas. Serão tão livres com elas quanto se permitirem ser. Acho que o que estão a fazer no estado de sonho, com o que alguns de nós andamos a fazer, é realmente fantástico. Acho que é um avanço. E acho que, se continuarmos, teremos coisas incríveis a acontecer.

E agora, quando falo (palavras perdidas)... também estou a enviar coisas para alguns dos membros regulares da aula que têm trabalhado bastante e com quem não tenho tempo para falar em aula. Descobri, ao desenvolver este "ajudante", que todos vocês também estão a desenvolver os vossos próprios ajudantes, nesses termos, que podem usar.

Acho que, antes de terminarmos, todos os membros regulares da turma terão experiências nos sonhos tão vívidas como as que temos em aula. E que as vossas vidas diárias serão enriquecidas de forma incalculável. Pessoalmente, acredito — por causa da forma como trabalho na escrita consciente — que a vossa consciência é algo tão fantástico, tão precioso, que limitá-la é... não consigo entender. Deveriam permitir-se todas as capacidades possíveis para verem o que conseguem fazer com ela.

E se tiverem bloqueios, ultrapassam-nos. Acho que o Rich tem alguns, a Florence também. Todos temos, em graus diferentes. Mas é possível ultrapassá-los. E gostava mesmo que todos vocês o fizessem.

Lamento dizer que a Florence não poderá vir à aula na próxima semana, por isso sugiro que trabalhemos com a Sue esta semana, em vez do Richie ou da Florence. Assim podemos trabalhar com a Florence quando ela estiver cá para relatar o que se passou e compreender o que aconteceu.

E quero que prestem especial atenção aos vossos sonhos. E tentem — porque sei que todos vocês conseguem — levar a vossa consciência para

dentro do estado de sonho. Não é assim tão difícil. Só é difícil porque acham que é. E vejam o que conseguem fazer, porque podem fazer no estado de sonho as mesmas coisas que fazem aqui com a vossa consciência. Têm de perceber que é possível.

E estou a dizer boa noite em nome do Seth, e isso significa que a aula terminou.

ALUNO: Esta vai ser a minha última aula.
JANE: Está bem.
ALUNO: Estou a fazer planos para me mudar.
JANE: Para onde?
ALUNO: Tenho dois trabalhos possíveis alinhados. Talvez para a zona de Syracuse. Ainda não decidi.
JANE: Queremos um bom "Mu" para os que vão partir. Está certo?
(A turma faz o "Mu".)

JANE: Paz. A aula terminou.

AULA DE PES 6 DE FEVEREIRO DE 1973

Um visitante da aula trabalha com um médico que administra LSD a pacientes. Este visitante participou numa sessão na noite anterior e disse que sentiu como se o Seth lhe tivesse cortado a cabeça.

SETH: (Pareces bastante) com a cabeça no sítio para mim, jovem. Pareces bastante inteiro. Eu não te cortei a cabeça. Deixei que fosses tu a cortá-la.

O visitante explicou as emoções contraditórias que teve durante a sessão.

SETH: (para o visitante) E há aqui um comentário teu relacionado com crenças. A viagem vai tornar-se difícil — e mais difícil ainda — especialmente se acreditares que assim será. E se disseres a um paciente que ele poderá enfrentar os problemas profundos e os pesadelos do seu ser, então é isso mesmo que ele irá encontrar — e de forma exagerada. Isto aplica-se não só com LSD, mas em qualquer situação terapêutica — e, na verdade, em qualquer encontro do dia-a-dia, apenas com graus diferentes.

Vou acrescentar os meus "presentes" quando forem aplicáveis. Não quero intimidar-te — fala como quiseres.

VISITANTE: Bem, Seth, se não avisarmos as pessoas dos possíveis desafios com antecedência, quando eles ocorrerem — e penso que irão ocorrer de qualquer forma, até certo ponto — poderá ser ainda mais difícil restabelecer o contato com elas. Assim, dizemos: "Se algo de mau acontecer, lembra-te de que estou aqui contigo."

SETH: (para o visitante) Certifica-te, no entanto, de que reforças a ideia de um ajudante amigável ali presente — e não a ideia de que esperas que surjam automaticamente conteúdos profundos para serem enfrentados.

(Agora), estás a assumir como garantido que há apenas uma forma de sair de um lugar difícil. É também importante que compreendas a natureza do ego. Tentei explicar-te um pouco ontem à noite — e, infelizmente, só conseguimos fazer tanto no pouco tempo disponível. Mas enquanto pensares que o ego é um ente secundário do eu — enquanto o vires como um estranho que precisa de ser afastado para que esta grande energia e conhecimento possa fluir — então crias uma situação de opostos que não precisa de existir.

O ego pode aprender muito mais do que lhe atribuis. E pode assimilar esse tipo de experiência quando o indivíduo compreende que é capaz disso. Não há necessidade de que o ego, tal como o entendem, seja eliminado ou aniquilado — mesmo que simbolicamente. Voltarei a este tema à medida que ele surgir na conversa.

SETH – Agora, há duas escolas. Uma diz que o intelecto é tudo, que deve dissecar e analisar até ao limite, que cria sistemas artificiais e perde o contato com a natureza. Essa escola acredita que tudo na natureza pode ser compreendido apenas com a mente. Pensam nesta escola como a escola americana, ocidental — e é dela que a maioria de vocês, de uma forma ou de outra, tenta desesperadamente escapar.

Por outro lado, há uma escola que diz que o intelecto e o ego nada são, que estaríamos melhor sem eles; que a verdade não é conhecida pelo ego, nem pelo intelecto ou pela mente — que está toda no sentir. E ambas as escolas estão igualmente erradas. Enquanto tiverem sistemas que tratam de uma coisa em detrimento da outra, o pobre ser físico fica preso no meio. Ou cuidam da mente ou cuidam dos sentimentos — raramente de ambos.

A última moda, se me permitem o termo, é a oriental. E embora pareça que eu deveria concordar com ela — porque pensam que, não sendo físico, devo ser puramente espiritual — a verdade é que é tão distorcida quanto aquilo a que chamam a ideia ocidental do intelecto dominante. Cada um de vocês sabe que é uma criatura de mente, de consciência e de sentimento.

Disse-vos algo ontem à noite, e já o disse muitas vezes: se um homem vos diz que são culpados, é um falso profeta; se vos diz para olharem para ele e não para vós próprios, é um falso profeta; se vos diz para ignorarem a vossa mente, para a afastarem e confiarem apenas nos vossos sentimentos, está a levar-vos pelo caminho errado. Se vos diz para rejeitarem uma parte de vós em favor de outra, seja qual for, está a cortar-vos em pedaços — e vocês deixam-no fazer isso, sorrindo e dizendo "Alá" ou qualquer outra palavra do género.

Vocês são seres inteiros, abençoados com consciência e sentimentos, com intelecto, com pensamento — e devem usá-los todos, com alegria. Agora devolvo-vos a palavra. Contem ao Ruburt o que vos disse.

Após o intervalo

SETH – Quando o meu próximo livro estiver terminado, o Ruburt dirá que é bom eu não estar vivo em termos físicos — porque todos os psicólogos me irão criticar, já que o livro não será "na moda" nem será "aceitável". Porque dirá todas as coisas "erradas". Porque devolverá a responsabilidade pela vossa experiência a vós mesmos — e à vossa mente consciente, que é quem dirige o fluxo consciente do vosso corpo de acordo com as vossas crenças. E irá, até certo ponto, delinear teorias de terapia que não posso, de forma alguma, explicar em tão pouco tempo. Algumas dessas teorias serão mesmo detalhadas.

Se a responsabilidade pelo vosso ser nada tivesse a ver com a vossa mente consciente, então não precisariam de uma. O vosso problema tem sido, no entanto, que não sabem como usá-la. Acreditam que ela tem de ser analítica de forma negativa, que não consegue assimilar de forma positiva, e que está desligada do vosso ser. E quando usam o termo "ego", pensam, claro, numa porção permanente do vosso ser — algo que se senta na vossa cabeça, invisível, mas que está lá — e que precisa de ser eliminado, aniquilado.

Mas o ego é uma parte viva do eu total. E quando, nos vossos termos, o aniquilam — seja simbolicamente ou de outra forma — nesse momento e nessa medida estão a aniquilar uma parte do vosso ser inteiro. Ele não é uma espécie de tumor ou cancro sobre o eu interior, que deve ser removido. É uma estrutura psicológica viva que faz parte de vós — tão real, em termos físicos, como o vosso apêndice. Mas não é uma "coisa", como o apêndice pode ser considerado. É uma estrutura psicológica viva que faz parte de vós.

E se pensarem no eu total — e isto não é uma analogia perfeita — como um círculo, e pensarem na realidade física no topo… estão a seguir-me? Então pensam no ego aqui no topo do círculo, a olhar para fora, para a realidade física. Mas, seguindo esta analogia, "ah", o eu gira — e à medida que gira, outras porções do eu surgem como ego. Podem destruir mil egos, e eles voltarão à superfície — porque crescem automática, bela e espontaneamente das profundezas do vosso ser. Estão, nesses termos, a lutar contra dragões de papel.

Reflitam sobre o que vos disse. Reouçam. E se houver perguntas, responderei.

O visitante explicou a teoria de administrar pequenas doses.

SETH – (Agora, para que) façam as ligações corretas, de certo modo já mencionei o que estás a falar quando discuti os vários níveis de memória celular que são ativados. Assim, podem relacionar o que estou a dizer esta noite com o que foi dito ontem. Agora, continua.

O visitante falou sobre estados transcendentes.

SETH – (Agora), o que gostaria de ver era alguém dar continuidade ao trabalho que Maslow apenas começou. Estudar pessoas que têm estas experiências por si só, como um estado natural do seu ser — sem drogas, sem técnicas, sem regras, sem regulamentos — como manifestação natural da sua consciência. Perguntem-lhes como têm essas experiências. Perguntem-lhes onde está, ou não está, o ego nesses momentos.

Verão que o ego, ou aquilo que pensam que é o ego — e o termo em si é desafortunado, pois significa coisas diferentes para diferentes pessoas — mas a vossa consciência do "eu" expande-se então para conter tais experiências do universo. E não é aniquilada durante a experiência; pelo

contrário, expande-se para as conter — até conter tanto que tem de reaprender o que é, e assimilar todas as suas muitas partes. Aprende, cresce, descobre. E, dentro da experiência, é como uma criança curiosa que olha para um novo universo, mas sabe que faz parte dele.

É isso que gostaria de ver feito.

VISITANTE – A razão pela qual fui à Índia há dois anos foi para encontrar pessoas assim. E não tenho certeza se encontrei ou não. Mas onde achas que essas pessoas estão?

SETH – (Para o visitante) Podes encontrar essas pessoas em qualquer cidade, em qualquer vila — com questionários, se for preciso. Encontra-as onde Maslow as encontrou. Não as procures necessariamente entre os doentes, mas entre os saudáveis. Não entre os infelizes, mas entre os felizes. Não entre aqueles que andam à procura da felicidade, mas entre os que já a conhecem.

Essas pessoas não vão a psicólogos, não precisam de ajuda. Por isso, se estiveres sempre a lidar com pacientes, já estás a olhar para pessoas numa determinada condição. Essas pessoas já estão em dificuldades e procuram uma saída. Não representam, necessariamente, o indivíduo comum, por exemplo.

Agora, as pessoas que têm esses encontros normais e felizes consigo próprias e com o universo também não representam o "normal", nos teus termos — mas são tão normais quanto as outras no extremo oposto. E podes aprender mais estudando a saúde emocional e a realidade das suas experiências transcendentes do que se só estudares os que estão em crise.

Tens de perceber que, quando psicólogos lidam com pacientes e usam terapias, estão, como regra, a lidar com pessoas em grande dificuldade. Os métodos usados para ajudar essas pessoas a alcançar certos estados podem ser completamente diferentes. Outras pessoas podem não precisar desses métodos. E, de facto, não precisam.

Vês, isto faz parte do vosso sistema de crenças — e do sistema de crenças de muitos — por isso não te estou a culpar, nem a culpar ninguém. Mas o ser comum, deixado por si, terá essas experiências — e tem. Elas não têm nome.

Um homem está de pé à porta dos fundos da sua casa americana, ou do seu quintal em França, ou na Índia, ou em qualquer lado — um homem pobre, que nunca ouviu a palavra "transcendência". Olha para o céu e para as estrelas, sente a terra debaixo dos pés — e é tomado por uma sensação de alegria, de vitalidade, de unidade com o universo. Sente-se vivo e parte de tudo. Fica ali, em simples reverência perante a noite e o dia. Um homem humilde ou uma mulher humilde, sem os termos que tantos usam. Uma experiência talvez inesquecível, ou que permanece com eles, ou que regressa dias depois.

Um simples, pequeno exemplo do ser saudável a ser. Estás a ver?

SETH – Maslow, pelo menos, começou a tentar descobrir o que fazia essas pessoas funcionar. Mas não foi longe o suficiente. Se quiseres ensinar alguém aritmética, e achas que a aritmética é a coisa mais fantástica, não faz sentido nenhum ir ter com alguém que é completamente ignorante nesse campo, que quer aprender mas não tem qualquer talento ou capacidade. Quando queres descobrir o que faz um homem feliz, então procura um homem feliz.

VISITANTE – Seth?
SETH – Sim.
VISITANTE – Tenho algumas perguntas, mas a primeira que me ocorre é: algumas das pessoas na Índia, que são chamadas de gurus, são pessoas que tu considerarias esse tipo de personalidade transcendental?

SETH – Algumas dessas pessoas, sim. Mas não necessariamente as pessoas específicas em que estás a pensar.

Agora vou ficar em silêncio por um momento. Sei que o Ruburt quer que todos façam uma pausa. É um truque. É o velho truque do guru, e funciona assim: sempre que transferes para outro as capacidades e poderes que são teus, e ele os aceita e diz "Eu tenho-os, e vou ensinar-te a usá-los", estão ambos com um problema. Ele não sabe quem é, e tu não sabes quem és. É tudo por agora.

O visitante falava sobre ajudar pessoas fora de qualquer sistema estabelecido.

SETH – Podes aprender a desfrutar, compreender e aceitar a tua condição de criatura. Podes parar de lutar contra ela. Podes simplesmente ser — e

perceber que o teu estado de ser tem o seu próprio significado. E esse significado tornar-se-á teu, em termos conscientes, quando te aperceberes de que é verdadeiramente teu. Podes fazer isso reconhecendo que não há nada de errado contigo. Nenhuma grande batalha que precise de ser travada, nenhum grande adversário — interno ou externo. Nada que precises de fazer para "ser melhor". Mas perceber que, em certos termos, todos vocês são deuses revestidos de carne. Por isso, as respostas estão na vossa experiência como criaturas.

São deuses em carne a viver a experiência de ser criatura. A encontrarem a experiência através da carne. E ao aceitarem isso com alegria, ao reconhecerem isso, descobrem a divindade que acham ter perdido — porque a procuram em todos os lugares errados. Essa divindade não está em "lugares" nesses termos. Procuram-na em termos exóticos, fora, noutro local — noutra cidade, noutro país, ou até noutra dimensão de realidade. Mas ela está dentro de vós agora. Certo?

ALUNO – Gostaria de fazer uma pergunta pessoal. Estou a tentar decidir se devo ser advogado ou psicoterapeuta, e tenho muitas das mesmas dúvidas que o Mark. Não sei o que terias a dizer sobre isso...

SETH – (Para o aluno) Se me conhecesses melhor, sabias a resposta. Ao responder-te a essa pergunta, ainda que diga com palavras que a autoridade é tua, estou, de forma não verbal, a dizer-te que a autoridade e as respostas sobre ti estão em mim — e não em ti. E quanto mais permites que outros te dêem essas respostas, mais acreditas que elas se encontram fora de ti. E mais te ensino a usar os outros como bengalas.

Agora, podes sorrir, ficar grato e pensar "ah, ele é fantástico" — e não aprender nada sobre o teu próprio ser, afastando-te da responsabilidade pela tua consciência. Por isso, pergunto-te: "Qual deverias ser?" E espero que a resposta venha de ti. Porque a resposta está dentro de ti, e brilha. E tu sabes qual é. O maior serviço que te posso prestar é garantir-te que tu já sabes a resposta.

VISITANTE – Seth, posso fazer-te uma pergunta?
SETH – Claro que sim.
VISITANTE – Gostaria de perceber como é que uma droga como o LSD, em

termos físicos, atua... (parte inaudível) Como é que o LSD faz com que essas memórias venham à superfície?

SETH – (Para o visitante) Não posso explicar-te isso rapidamente. No livro, a natureza das reações do corpo é explicada — e vais ter de esperar. Não quero dar uma resposta simplista que te faça pensar que estás satisfeito, porque podias agarrar nessa explicação incompleta e correr com ela. O corpo tem uma estrutura demasiado complexa para tentar explicar isso aqui, esta noite.

VISITANTE – Em que idade é que as crianças perdem a capacidade de entrar e sair de diferentes realidades?

SETH – (Para o visitante) Elas nunca perdem — tal como tu também não a perdeste. Simplesmente são ensinadas de que essas realidades não existem. São castigadas por "mentirem" ou por inventarem histórias. São ensinadas a acreditar que o que lhes acontece não acontece. E então perguntam-se o que há de errado — e passam o resto das suas vidas a ir a psiquiatras para descobrir o que está errado.

Diz ao teu amigo que eu sorri e ri ao dizer isto.

Podes começar por ensinar às crianças aquilo que já sabem: que saem do corpo quando dormem. Que também saem do corpo enquanto estão acordadas. Que encontram pessoas que talvez tu não consigas ver. Que conseguem resolver os seus problemas enquanto dormem. Que, se tiverem um problema, podem colocá-lo antes de adormecer e ele será resolvido no sonho. Podes ensiná-las a agir com base na terapia natural que ocorre no estado de sonho. Mas se lhes disseres que os sonhos são caóticos, e que o conhecimento que recebem nos sonhos é falso — então tu não aprendes, elas não aprendem, e esquecem aquilo que poderiam ter aprendido.

E a civilização torna-se mais pobre — tanto quanto o indivíduo.
Podes libertar agressões através da terapia natural dos sonhos — e fazem isso constantemente — mas foram ensinados que a agressividade é tão má que censuram até os próprios sonhos.

Uma sociedade mais civilizada — verdadeiramente civilizada — libertaria essas agressões (aquelas que não pode expressar no dia-a-dia). E não há razão nenhuma para que as agressões naturais não possam ser expressas.

Mas, como estão tão reprimidas dentro de vós, acabam por explodir em guerras. E por isso enfrentam guerras.

Uma forma mais civilizada de lidar com essa situação seria lutar as vossas guerras — individualmente e em massa — no estado de sonho. Onde, pelo menos, não podem realmente matar ninguém em termos físicos. Todos compreenderiam essas "novas velhas" regras. Isto é apenas o começo — uma pequena abertura de olhos sobre o que poderia ser feito com a vossa condição de criaturas.

ALUNO – Seth, e quando sentimos raiva? Devemos permanecer com ela, como o Mark dizia há pouco… ou devemos dizer: "Isto não sou eu de verdade, vou mais fundo para encontrar…"?

SETH – (Para o aluno) Se o teu "eu verdadeiro" está com raiva, então está com raiva — porquê fingir que é outra pessoa?
Vou deixar alguns dos alunos responderem-te, porque sabem bem o que eu diria — e é bom que tentem expressar as suas ideias sobre o tema. Portanto, vou ouvir as vossas explicações.

Mas há um ponto — e desculpem interromper antes de continuarem — que quero sublinhar: a expressão do vosso amor, o amor verdadeiro, é inibida precisamente na mesma medida em que inibem aquilo que pensam ser agressividade. Ambos vêm da mesma fonte — a energia da criatividade que existe em vocês. E como já vos disse muitas vezes: não podem fechar uma parte da vossa expressão sem estabelecer hábitos no vosso sistema inteiro. Não podem esconder a raiva sem esconder o amor. Não podem ter medo de uma parte de vós sem acabarem por ter medo de todas as partes. Continuem.

SETH – (Para o aluno) E depois intelectualizam tudo, e dizem: "Não, eu não estou com raiva" ou "estou com raiva, mas não devia estar". Pensam: "Aqui estou eu, nesta situação, e o meu amigo Mark tem algo importante para dizer — é ridículo eu sentir raiva — ele vai calar-se eventualmente. E talvez ninguém queira ouvir o que eu tenho para dizer. Talvez devesse ficar calado."

Em vez disso, devias pensar, pelo menos para ti mesmo: "Estou com raiva. Este é o meu sentimento. É aqui que estou." E então decides como o queres expressar.

Tu exprimiste-o — exprimiste-o através de movimentos corporais que o Ruburt percebeu, e provavelmente outros também — e não foi com raiva. Apenas tens medo das emoções que pensas ser agressivas. Foi exasperação. Foi impaciência. E o teu corpo demonstrou isso. Quiseste falar. Não foi nada de especial. Foi apenas o teu estado naquele momento.

SETH – (Para o visitante) Agora, para que conste — e isto é apenas a minha opinião — eu não recomendaria pessoalmente doses altas de ácido a ninguém, independentemente da terapia. Doses pequenas, com supervisão e um bom guia, sim.
Mas também acho que o teu bom médico chegará a essas conclusões por si mesmo. E acho que o que ele está a fazer tem-lhe ensinado muitas coisas — a ele e a outros envolvidos no grupo. E como ele acredita no enquadramento em que está a operar, fez algum bem. Mas fez bem apesar dos métodos — e graças à bondade e força da sua própria personalidade, que seria igualmente eficaz sem esses métodos.

As pessoas vivem, muitas vezes, desastres pessoais ou naturais — furacões, inundações, terramotos. Não existem acidentes. Noutros níveis, elas escolheram essas circunstâncias, alinhadas — quer percebam ou não — com as suas crenças conscientes. E não vou entrar em mais detalhes aqui — já os referi em vários livros, em aula, e no livro atual.

Aqueles que enfrentam o equivalente psíquico ou mental de um desastre natural também sabem o que estão a fazer e têm os seus motivos. E, assim, os teus pacientes aceitam o ácido por razões próprias, que podem não ser as que te dizem — nem as que tu achas que são. Há um jogo mútuo entre as crenças do terapeuta que oferece o ácido e as do paciente que o aceita. E há um ponto de encontro — que julgam conhecer, mas que ainda não compreenderam verdadeiramente.
E quando digo "vocês", refiro-me a todos os envolvidos.

Numa "má experiência" (drogas), usando agora uma analogia, há um desastre psicológico forçado, no qual são necessários dois agentes, dentro da terapia em que operas. Um é, naturalmente, o terapeuta, e o outro é o paciente. Ora, não importa quão suavemente fales com o paciente e digas: "Meu caro amigo, isto é para o teu bem, toma este medicamento — é o inferno, vais morrer", ele sabe o que estás a oferecer-lhe, e aceita-o de ti, tal como o teu amigo Will aceitou a surra do guru, porque acredita na culpa, e

acredita que essa magia a irá remover. Quero que digiras isto primeiro, e depois terei mais a dizer.

Após uma discussão sobre espontaneidade e expressão:

SETH – Mas nós expressamos o que sentimos, tal como vocês devem expressar o que sentem, e aceitar com alegria a natureza do vosso ser tal como a compreendem e experienciam, nos vossos próprios termos, a cada momento.

Agora, para os nossos alunos regulares: para a próxima semana, irão trabalhar as vossas crenças — leiam as que não foram lidas esta semana e explorem outras vossas crenças e vejam o que conseguem fazer criativamente com elas. E vamos levá-los a algumas viagens, sim — com as vossas mentes conscientes — e ver se conseguem brincar com isso. Onde está o meu amigo, o Flautista de Hamelin, esta noite? Digam-lhe que perguntei por ele.

Agora passo a aula de volta ao nosso amigo e a vocês, e já têm bastantes "guloseimas" para esta noite.

VISITANTE – Seth, estava aqui a pensar que havia mais uma guloseima que eu gostaria de receber. Sei que tudo isto é muito para absorver e nem consigo começar agora, mas há uma pergunta que me vou arrepender de não fazer: quero saber algo sobre um livro chamado *Bhagavad Gita*.

SETH – (Para o visitante) O que achaste tu do livro? Já o leste.

VISITANTE – Acho que é fantástico. Costumava ser muito importante para mim. Parecia resumir a essência do que a vida humana pode ser, o que se pode fazer com ela na Terra. Mas agora, com o que disseste nos últimos dois dias, já não sei bem como o entender.

SETH – Então tens de aprender a reconhecer as crenças que tens nesta parte da tua mente e as crenças que tens naquela outra parte — e fazer esse trabalho por ti mesmo. Desejo-te boa sorte.

(Para um aluno) Agora, essa exasperação que sentes, não te preocupes com ela — é tua. Se quiseres mais, verei o que posso fazer. As bênçãos que tens são tuas. As que não tens, verei se te posso ajudar a alcançá-las. E lembra-te,

acima de tudo — (em tom alto) que a voz mansa é a voz santa e espiritual — e que a verdade é decente e educada e não tem nada a ver com a tua condição de criatura. Desejo-vos, a todos, uma noite de guru silenciosa, abençoada e tranquila.

AULA DE PES 5 de Dezembro de 1972
Durante a primeira parte da aula, Larry H., Barrie e Rich leram os seus ensaios sobre crenças. Após o primeiro intervalo, Rich e Rick continuaram uma discussão muito animada sobre Gnosticismo, a sua ligação anterior com François (um professor de Gnosticismo) e as suas atividades atuais em Nova Iorque. Um deles expressou que não compreendia por que não conseguiam discutir o tema de forma racional. Seth entrou e respondeu:

SETH – [Vou dizer-vos porquê. Ambos sabem. Cada um de vós acredita que o outro está errado e que vocês é que estão certos. E, como vos disse tantas vezes, quando acreditam que têm a verdade, podem discutir de forma feroz. A maior parte da violência acontece por causa das vossas crenças no bem e no mal. Bons discípulos vão para a guerra. Não são homens pacíficos. Precisam de lutar para provar que] as suas crenças estão certas. E pouco importa qual é a crença — se leva à dissensão, está errada.

Não precisamos de uma mini guerra religiosa! Não precisamos de uma guerra gnóstica! Nenhum de vós está ameaçado, excepto pelas vossas próprias ideias. E com tudo o que escreveram sobre as vossas crenças, esta noite foi a melhor demonstração de todas — e só vocês poderiam tê-la feito. Eu não teria conseguido fazer tão bem!

(E para George) — diz ao teu filho que, quando estou vivo, pareço assim! E agora deixo-vos continuar, pois estão a fazer um trabalho magnífico!

Jane leu dois poemas que acabaram por ser publicados em *Diálogos da Alma e do Eu Mortal no Tempo*:

JANE (Diálogo Dois: O Esquilo)
Ah, amo este eu mortal que escuta e diz:
"Querida alma, as tuas palavras de mármore rolam pelos meus ossos, das montanhas dos meus pensamentos até às pontas dos meus pés. As tuas palavras são frias. Há uma linguagem da carne que partilho com os animais,

uma ansiedade corporal inerente à condição de criatura que tu não conheces.
E no entanto, há pouco vi um esquilo.

Sentado num raminho que abanava ao vento de inverno, comia uma
semente.
Não o viste com medo de cair, nem a rezar à alma por um apoio melhor.
Empoleirado sobre a sua própria mortalidade,
sabia, como um pequeno deus peludo,
seguro num céu secreto da condição de criatura que eu perdi,
omnipotente nos seus próprios processos.
Porque deveria eu invejá-lo? O esquilo não sabe escrever poemas.
Nem sequer sabe que são três da tarde.
Ontem tanto podia não ter existido, para o que ele se lembra.
E no entanto, parece vibrar com uma divindade que eu não tenho,
eterno e vivo ao mesmo tempo,
tão ignorante da sua própria mortalidade
que viverá para sempre —
até morrer, pelo menos —
e nem isso lhe tocará.
Como pode ele ser tão estúpido e viver tão bem?"

JANE (Diálogo Três: Os Olhos)
O eu mortal olha-se ao espelho e diz:
"Querida alma, amo estes olhos assombrados,
tão suaves como pétalas de flor cheias de céus em movimento,
contidos, mas sempre em fuga,
tecidos tão vivos e profundos, e ainda assim tão pequenos,
que não se pode lançar nenhuma nave para explorar
aquela profundidade que desaparece,
mas que é tão milagrosamente engenhosa.
Estes olhos vão coagular,
e geleia cega encherá as suas cavidades à minha morte,
talvez duas colheres de sopa bem medidas, recém-colhidas,
devolvidas aos armários escondidos da terra;
córneas imóveis guardadas sem pestanejar entre os longos tactear
sem lua e as comichões secretas do subsolo
das quais a primavera oculta trará de novo flores.
Dessa parte escura do ver, que visão me darás então?"

Após o intervalo, Connie leu o seu ensaio sobre crenças e seguiu-se uma discussão em grupo. O ambiente parecia bastante calmo, e Rich comentou que o clima estava completamente diferente do que antes do intervalo, e perguntou-se o que estaria a acontecer. Seth respondeu por ele:

SETH – (Ele queria dizer que esperava a minha voz tranquila!) De facto estive a ouvir — e já desde antes do intervalo. E havia várias coisas que queria dizer. Mas primeiro, uma palavra para ti (para a Connie), depois de tirar o cabelo do Ruburt dos meus olhos! E vocês todos sabem o que vou dizer!

Estou morto, nos vossos termos — e consigo rir um pouco, sorrir, e encontrar algo de alegre na não-existência — nos vossos termos. Portanto, no que vocês consideram como existência, deviam ser capazes de sentir vitalidade até no dedo mindinho do pé. E, quando se sentirem tristes, desanimados — ouçam a parte de vós que tem mais juízo!

Sintam a vitalidade dentro dos átomos e moléculas do vosso corpo. E quando olharem para fora e virem um mundo sombrio — pensem, sintam, estejam conscientes da magia maravilhosa do olho com que vêem, e da alegria e vitalidade dos átomos que o compõem — e da sua alegria em ver, em usar-se e em ser.
E todos vós, falem convosco mesmos com a mesma ternura com que falariam (para o Larry D.) com um esquilo.

ARTHUR – Estava a conversar com alguém, outro dia, sobre pessoas cegas, que não vêem, e a forma como percebem a realidade. Gostaria de saber se nos podes dizer algo sobre isso. Elas percebem os objectos da mesma forma que nós, através de outros sentidos? E como serão os sonhos delas?

SETH – Ora bem, não posso, numa só noite, explicar o mundo dos cegos — porque cada pessoa é única. As razões para escolher a cegueira são diferentes. Alguns vêem com a mente tão claramente como tu com os olhos. Outros não têm essa clareza. Mas darei mais informação sobre isso. Não precisarás de me lembrar. Agora, estou mais interessado em ouvir!

Connie começou a contar à Jane o que o Seth tinha dito, e comentou: "O Seth disse que estava morto." Seth voltou de repente, com vigor:

SETH – (Apenas nos vossos termos!)

Wade leu o seu ensaio com o tema "Este é o meu mundo", e depois passou uma gravação de uma aula anterior onde os membros da turma cantavam com o Sumari. O Sumari manifestou-se com uma breve canção, parecendo uma continuação da que fora tocada. Houve trechos dirigidos a dois alunos e à turma inteira. (Canção de 2 minutos e meio)

A discussão voltou às observações anteriores do Seth, e Connie corrigiu o que dissera, afirmando que o Seth tinha dito que estava "diminuído", não "morto". Seth voltou, alegremente:

SETH – Posso estar morto — mas nunca estive diminuído!

ARTHUR – O Seth está a ficar "defensivo".

Seth regressou de novo, de forma abrupta, advertindo Arthur, com bom humor, que não queria "graçolas".

A discussão de aula continuou, e surgiu o tema do ego, trazido por Lawrence D. Seth voltou, falando primeiro para ele:

SETH – Antes de me ir embora, há algo que quero dizer: valorizem o vosso ego. Não estejam todos tão dispostos a rejeitá-lo. Ele é um bom e valioso amigo. E esqueçam o termo em si! O ego é uma parte do vosso eu interior. É vocês!
É simplesmente a parte de vocês que vem à superfície num dado momento — nos vossos termos. A parte de que estão conscientes.

Outras partes do eu interior vêm à tona noutros momentos, e também as chamam de ego.

O ego é uma parte do vosso ser — do eu interior. Só acham que o ego é rígido porque foram ensinados a acreditar nisso. Só acham que o eu que conhecem não pode olhar para dentro porque foram ensinados que isso é difícil.

Só porque acreditas que a verdade não pode ser pública é que crias segredos. Só porque acreditas que o ego é uma palavra suja é que ele se torna algo sujo.
O esquilo ficaria perfeitamente contente com o teu ego durante um dia — e até bastante satisfeito. Diria: "Uau!", e ficaria contente por não tagarelar. E

ouviria o esquilo e pensaria: "Meu Deus, que animal abençoado, este, sem ego."

O ego é tão natural como uma flor a desabrochar, como um esquilo, como um Rich, ou uma senhora de cabelo roxo na encosta de uma montanha, ou como um segredo que se recusa a ser contado e que, por isso, nos escandaliza — mesmo que os segredos, na verdade, não existam (para o Rich).

E, como vos tenho dito tantas vezes — e como certamente já ouviram, e sabem — o universo tem boa disposição. E sorri-vos se lhe derem meia oportunidade (para a Connie).

E a vitalidade que sentem aqui esta noite é vossa. Todos vocês têm acesso à mesma energia.
Dentro de todas estas botas estão todos estes dedos dos pés. E cada dedo utiliza a sua energia de forma automática e bela. E, além disso, cada dedo está feliz — e cada átomo e molécula dentro dele.
Por se unirem a outro tipo de ser, e, em certos termos, fazerem parte de um orgasmo que pode olhar em volta e andar sobre a Terra. Os vossos dedos dos pés olham através dos vossos olhos — simplesmente não o sabem.

E agora, despeço-me com votos de uma boa noite — e, espero, uma noite alegre.

Jeff, num aparte antes de Seth se retirar, comentou: "Feliz Natal." Seth respondeu:
SETH – Dar-vos-ia um "Ho-Ho-Ho", mas isso não está na minha natureza!

Seguiu-se uma discussão sobre o que Seth dissera acerca do ego. Ele regressou abruptamente:
SETH – Quanto mais tentam perder o ego, mais o encontram, claro!

Antes de se retirar, Mariane perguntou se, nas observações anteriores, Seth tinha dito "orgasmo" ou "organismo".
SETH – Disse orgasmo. O organismo é um orgasmo em movimento. Tentei combinar as palavras — elas já estão combinadas.

RICH K. – Queres dizer algo sobre uma senhora chamada Marguerite Du Valois no século XVI?
SETH – Agora, não. Mas agradeço a razão da pergunta.

RICH K. – Bem, estava a folhear espontaneamente uma enciclopédia e abri na Marguerite Du Valois, e, pelo que sei da minha encarnação na França do século XVI, despertou algumas coisas que parecem encaixar — eu como ela — e pensei que talvez o Seth…
SETH – (Corrigindo a pronúncia do Rich) *Marguerite!*

A discussão voltou, por meio de Lawrence D., à antiga ligação com François, de Nova Iorque. Seth regressou:
SETH – (Não importa) que culpa te dizem que carregas. Enquanto acreditares na culpa, estarás preso a ela. E sempre que encontrares alguém — rei ou mendigo — que te diga que és mau, foge rapidamente.

Podem dizer-te que és mau por causa do pecado original. Podem dizer que és mau porque estás possuído por um demónio. Podem dizer que és mau porque os teus astros estão desalinhados. Ou podem dizer que és mau simplesmente por seres humano e teres carne.

Sempre que alguém tenta fazer-te sentir menos do que és, quando te faz acreditar nas tuas deficiências e as reforça, em vez de encorajar as tuas forças e capacidades — foge o mais depressa que puderes.
Quando incentivam a tua dependência de um grupo, em vez da tua confiança na glória que és tu mesmo — foge o mais depressa que puderes. E isso é algo que tenho a dizer a todos vós.

E com isso, agora encerro esta sessão. E as bênçãos que tenho, dou-vos. As que não tenho — e são importantes — terão de ser encontradas por vós mesmos.

Pois há bênçãos que ninguém vos pode dar — que têm de brotar de dentro de vós — e que devem ser nutridas por vós.

AULA DE PES 17 de Outubro de 1972

No início da aula, Jane contou-nos sobre uma visita da semana anterior de um editor da revista *Time*. A próxima edição terá uma reportagem de capa sobre Richard Bach, e pode conter referências a Seth e ao seu material.

Seguiu-se uma longa discussão sobre a aula da semana anterior, sobretudo com Rick e Rich a partilharem experiências com um antigo professor "gnóstico" e como o material do Seth se relacionava com a situação. Após esta discussão, um convidado começou a contar uma história. Seth interrompeu, em voz alta e com muito humor:
SETH – (Para o convidado) Gosto de ti! (Trecho em falta na gravação)

A discussão que se seguiu foi bastante ampla, acabando por abordar sentimentos e emoções.

SETH – (Agora, despeço-me com uma) boa noite e, porque podem não saber o que estamos a preparar, vou dizer-vos. À maneira dos Sumari, vamos demonstrar — o que são os sentimentos. Eles vão apanhar a ideia rapidamente, e vocês também (para o convidado). Dêem-nos um momento, para os Sumari.

Seguiu-se uma canção Sumari (cerca de 5 minutos e meio), com trechos dirigidos a vários membros da turma. Imediatamente depois, Seth regressou, dirigindo-se à turma em geral:

SETH – Espero que traduzam para os nossos convidados. E estarei aqui para ver como se saem! Vamos começar por ti (para um aluno).

Seguiu-se uma discussão sobre os Sumari. Depois, os Sumari voltaram a manifestar-se (1 minuto), desta vez em tom muito alto e vigoroso. Alguém comentou que a canção se assemelhava a um cântico gregoriano. Seth interrompeu com firmeza:
SETH – Ora, os papas conhecem bem o cântico gregoriano! E a partir daí, façam o que quiserem!

A discussão continuou, com dúvidas sobre se quem cantava era Seth ou os Sumari. Seth regressou:
SETH – Aquilo não era um cântico gregoriano. Quis apenas que soubessem que, como papa, conheço os cânticos gregorianos, e deixei o comentário

para usarem como quiserem. Não era cântico gregoriano. Mas, para vosso esclarecimento, e recordando — a sessão de que falam — dêem-nos um momento.

Os Sumari voltaram (1 minuto), agora falando muito suavemente, referindo-se a muitos objectos na sala, aparentemente identificando-os, à maneira Sumari.

SETH – Agora, a ortografia não importa. (Longa pausa) Os significados viajam com o som. A língua não é uma linguagem nos vossos termos. Não é uma linguagem da mente consciente. É uma linguagem em que os sons têm significado.

É uma linguagem que fala à parte de vós que não é capturada por palavras — mas que pertence ao som e o compreende. Os Sumari existem para vos levar para além das palavras. E, ainda assim, como auxílio de aprendizagem, dão-vos sons que se referem a objectos — apenas para que, finalmente, compreendam a realidade interior daquilo a que chamam objectos. Os significados transmitem a realidade dos objectos.

Agora, para alguns de vós aqui, levará algum tempo a perceber o que estou a dizer — tal como levou algum tempo a perceberem o que venho a dizer desde sempre. Mas ainda não compreendem o significado dos Sumari. E, até certo ponto, não compreendem o que está a acontecer aqui.

E ISSO FOI SETH.

A discussão sobre os Sumari continuou, e depois Seth voltou. Enquanto falava, puxou para junto da sua cadeira um saco de papel cheio de maçãs, que um aluno trouxera para a aula. E, enquanto falava, começou a atirar maçãs pela sala até que todos tivessem uma:

SETH – (Quero tentar uma) experiência! Todos vocês conhecem a mitologia associada às maçãs. (Seth começa a atirar maçãs às pessoas.) Agora quero que pensem em várias coisas e — vejam só, agora vou atirar por baixo! (Seth continuou a lançar as maçãs.)

O que pensas sobre maçãs? O que significam para ti? E, se alguém te atirar uma maçã, ou duas, o que fazes? E se achas que o conhecimento é errado, agarras a maçã? E quantos de vós hesitaram? E, se uma maçã já tiver uma

dentada, o que é que isso significa? E será o conhecimento errado, uma coisa proibida, um presente de uma serpente a uma mulher? Ou será a sabedoria o ato de comer a maçã? Será sabedoria aquilo que os teus dentes fazem ao cravar-se na maçã? Será a sabedoria a própria maçã que se deixa morder?

Com todo o vosso conhecimento, não sabeis o que faz uma maçã crescer, e, como vos tenho dito muitas vezes, não sabeis o que faz a mais pequena célula do vosso mindinho crescer.

Agora, com as melhores intenções, temos aqui uma linda flor artificial! (Seth pega numa margarida artificial que um aluno trouxe para a aula.) O que sabe esta flor — esta flor artificial — sobre o que é uma flor verdadeira? No entanto, os átomos e moléculas que a compõem estão conscientes. Não estão conscientes da mesma forma que os átomos e moléculas de uma flor real, mas estão conscientes, e estão conscientes de ti. E os sons crocantes que fazes ao comer a tua maçã são recebidos pela flor artificial. E não há nada que não seja natural.

ALUNO – Uma maçã aprecia ser comida, quando o é?

SETH – Pergunta à maçã que estás a comer! Porque me perguntas a mim? Eu não sou uma maçã! Pergunta à tua maçã. Fica atento à tua comunicação com ela. E depois, quando o Ruburt sair do transe, responde à tua própria pergunta.

ALUNO – És um professor duro!

SETH – Todos os bons professores são duros e fáceis. Agora, o Ruburt sabe: Gertrude Stein disse, "Uma rosa é uma rosa é uma rosa", mas… uma margarida artificial com pestanas, isso já não sei!

Aprecio a intenção (ao aluno com a flor), e espero que também aprecies a intenção — e mais do que isso.

[Intervalo]

Após o intervalo, a discussão retomou com amplitude. Um convidado partilhou algumas das suas experiências passadas e o seu estudo de materiais semelhantes aos que Seth nos transmite.

SETH – (E além disso) sabem que eu não sou mais fantasma do que vocês são. E todos vocês, à vossa maneira, são bastante fantasmais!

Ele (referindo-se a um aluno) não fala apenas por si, mas também pelo silencioso no canto (Palm). Mas também compreende a grande liberdade da sua própria realidade. E sabe aquilo que vos disse na semana passada — que as mensagens são levadas pelo vento. Varrem o universo. Não são secretas — e por isso Ruburt, Joseph, Seagull, Timothy e Eleanor estão a assegurar-se de que as ideias são dadas ao povo, alegre e abertamente! E não guardadas apenas para alguns.

O que eu digo é dito por qualquer folha, se a ouvirdes; é dito pelas moléculas dos vossos corpos, se ouvirdes — nada é secreto. Não para poucos, mas para todos. Escutem, então, o vosso próprio ser. A minha voz deve apenas conduzir-vos até à vossa própria, para que a oiçam e a sintam no vosso próprio batimento cardíaco — tal como começam a ouvi-la na vossa relação com a maçã.

JANE (dirigindo-se a Rick e Rich sobre o seu antigo professor "gnóstico"): "(...) E reconheci, em François, que ele não o tinha evitado. Porque a energia que eu sei que tenho e que poderia concentrar em ti, se quisesse, é a mesma energia que tu também tens. Não é só minha. É tua também. É tão natural em ti quanto é em mim. Mas, ao manifestá-la dessa forma e causar-te deslumbramento, tu olharias para mim em vez de para ti como fonte dessa energia. Em todos esses encontros que tiveste com François, era tanto a tua energia como a dele que sentiste, e a presença era composta tanto da energia dele como da tua. Por isso deves sempre trazer tudo de volta a ti. E qualquer pessoa que saiba como isto funciona tem uma grande responsabilidade de não usar mal essa energia — de não a usar da forma como ele a usou. E é uma grande, uma verdadeira grande tentação humana — não usá-la dessa forma."

Jane leu um ensaio de Seth sobre a pergunta: *Existe um Deus?* Este material tinha sido recebido numa sessão anterior, em resposta a uma pergunta da filha de um aluno, que é editora da secção de livros da revista *Time*.

JANE, a ler SETH – "Dêem-nos um momento, um pós-escrito. Isto é para a filha do Timothy, ou melhor, é para o Timothy sobre o pedido da sua filha.

Deixem-me começar com humor: 'Sim, Virgínia, o Pai Natal existe.' Da mesma forma, sim, Deus existe.

A Terra emerge. É-te dada, como um presente, ao nasceres. Está ali, tal como os brinquedos do Pai Natal quando eras criança; e tu perguntas: quem é o doador? A criança aceita a resposta do Pai Natal durante alguns anos e depois fica desiludida, ao perceber que o Pai Natal das histórias de Natal é um mito. Assim, de muitas formas, as histórias sobre Deus são mitos. Mas ficas ainda com um saco de brinquedos numa mão e com a Terra luxuosa na outra — por isso a pergunta permanece.

A minha resposta é que os mitos tentam, à sua maneira, dar pistas sobre respostas que são, por natureza, não-verbais, e sobre conceitos que são eles mesmos a nascente de onde a Terra e toda a existência brotam. Existe um Deus, ou um ser, ou uma fonte por trás de toda a realidade? Tu sabes a resposta tão bem como qualquer outro. Estás tão vivo e consciente como qualquer outro, e os segredos do teu ser são também os segredos do ser."

(Falta uma parte da gravação que dizia: "Deves procurar dentro de ti, pois, no fim das contas, o início e a fonte da criatividade do ser residem em cada consciência individual. Da mesma forma que cada árvore contém a sua semente, é à semente do teu próprio saber que deves recorrer para essas respostas. Só porque te dizes que não sabes, é que as respostas parecem inalcançáveis.")

Durante a discussão que se seguiu, Jeff partilhou informações sobre reencarnações que tinha recebido recentemente.

SETH – A informação que recebeste está basicamente correcta. E era isso que querias saber.

RICH – Seth, posso perguntar-te também se, de certo modo, caí na mesma armadilha que o François?

SETH – De facto, sim. Agora, o resto de vocês está envolvido em tornar esta informação real, nos vossos próprios termos — tal como tu, Rich — mas de forma menos esotérica — como tu, Rick, e tu (apontando para outro aluno), e tu (Jeff), e tu.

E podem aprender muito ao descobrir como essas pessoas aplicam estas verdades no dia-a-dia. SAI DO ARMÁRIO (para o Rick)! Esquece as palavras secretas, os métodos secretos, o poder proibido!

O poder proibido mantém a tua boca aberta enquanto olhas para mim. É bastante prático. O poder proibido mantém a tua língua a mover-se fora dos teus lábios enquanto me olhas — é perfeitamente natural. O poder proibido é tão natural, tão aberto e tão real como qualquer um de vocês. Como tu és! (apontando para uma aluna). Ela não me parece nada proibida!

RICK – Existem certas técnicas que conheço, e gostava de saber se — entendo que não sejam proibidas — mas são válidas? Gostava de saber — sabes ao que me refiro?

SETH – Agora, se me permitirem. Finjam que isto é uma flor viva. Cresce. Cresce sem saber como cresce. Começa a pensar, como vocês começam a pensar, e diz: 'Como é que eu cresço? Deve haver um método secreto pelo qual eu cresço.'

E olha para os seus amigos e pergunta: 'Qual é esse método secreto?' E o amigo diz: 'Estudei longamente. Ouvi, e sei. Cresces porque, a certa altura da tarde, olhas para aquela violeta em particular e, sem saberes, dizes: "Pensarei apenas no crescimento. Ó grande violeta, diz-me como crescer."'

E, então, a flor, ouvindo esse saber sábio, vira-se todos os dias às quatro da tarde para a violeta e diz: "Diz-me como crescer."
E a violeta diz: "Todas as tardes, às quatro, olho para a rosa."
E a rosa diz: "Todas as tardes olho para esta folha humilde."
E TU (para o Rick) tens de terminar a história!

Rick reformulou a sua pergunta sobre a validade de certas técnicas.

SETH – (Para Rick) Qualquer técnica em que acredites será válida para ti, dentro do teu quadro de crenças. Mas trará exactamente — *exactamente* — aquilo que esperas.

Após o intervalo da aula, seguiu-se uma discussão que levou às "palavras proibidas" discutidas na semana anterior.

SETH – Podem pegar na palavra "Muuu", começar a dizê-la com cautela, quando tiverem a certeza de que os vossos filhos não estão presentes — sussurrem-na à porta fechada! Sempre que alguém ouvir a palavra, contenham-se e não a digam. Antes de a pronunciarem, olhem em todas as direcções, e logo, na turma do jardim-de-infância da Florence, haverá algum engraçadinho a dizer: "MUUUU!", e terão de arranjar um novo tilintar, ou tilintar-longo. As palavras não têm significado.

Agora, a nossa Senhora de Florence — e quando uso a palavra Senhora, sei bem o que quero dizer — a nossa Senhora de Florence vem a esta aula há mais tempo do que qualquer um de vocês, e com muito maiores anseios e reservas. Com esperanças e desesperos mais profundos. E tem tentado traduzir, à sua maneira, aquilo que eu digo.

E quando ela fala, ela exprime os vossos medos mais profundos. E vocês ouvem-na, e às vezes riem, às vezes troçam, mas são os vossos medos. E os anseios dela são também os vossos, e não se esqueçam disso.

Ela enfrenta, de uma forma muito prática, o problema de aplicar o material no quotidiano. E, com todo o respeito (para a aluna), nem sempre foste corajosa. Mas foste sempre sincera, e fizeste tanto quanto sentiste que podias fazer em determinado momento.

E muitos de vocês nem sequer têm esse impulso. Nem precisam de o ter. Tu (para outro aluno) não precisas de traduzir este material nos termos da sociedade convencional, e a nossa Senhora de Florence tem de o fazer. E, por isso, o que ela aprende, aprende por todos vós. E os medos que tem, ela expressa por todos vós, e os anseios que tem, também os tem por todos vós.

Tu (para o Rick) pensas estar afastado do chamado "sistema". E encontras, na nossa Senhora de Florence, alguém completamente inserido nele. E ainda assim ela vem aqui e tenta traduzir o que aprende para esses moldes — para os transformar. E se não comunicares com esse sistema, não o podes mudar. E é tudo o que tenho a dizer-vos esta noite. Os meus mais calorosos cumprimentos a todos, e uma boa noite.

Durante a discussão que se seguiu, foi dito que alguns não tinham compreendido a referência de Seth às pessoas do "sistema".

SETH – (Ela tem de lidar) com pessoas que acham que a palavra “foder” é errada.

ALUNO – Eu também lido com pessoas que pensam assim.

SETH – Mas não em relação aos teus amigos, ou às pessoas com quem tens uma ligação íntima. Tens um estilo de vida mais livre, e por isso essa tradução não é tão necessária. Eles compreenderão a qualidade sagrada da palavra “foder”, mas os alunos dela e os pais desses alunos não compreenderão. Agora, estás a acompanhar-me?

ALUNO – Sim.

SETH – Ainda bem!

SETH – (Para o Jeff) E não tenciono falar como se viesse de uma taberna — mas uma taberna pode ser mais sagrada do que uma igreja — e que nenhum de vocês se esqueça disso!

JANE DÁ UM TRABALHO DE CASA ESCRITO
"As minhas crenças causam a minha experiência física. Não há excepção a esta regra."

Agora, ao começarem a trabalhar com estas duas afirmações, quero que (parte do material perdeu-se na gravação)...

Portanto, será uma experiência individual para cada um de vocês, e espero que cada um a realize.

As minhas crenças causam a minha experiência física. Não há excepção a esta regra.

E quero que relacionem isso com a vossa própria experiência pessoal. Formas em que isto funcionou convosco, talvez. Formas em que sentem que não funcionou. Se concordam com isso. Até que ponto concordam com isso. Quaisquer ideias conscientes que vos surjam ao começarem a escrever, tratem delas.

Se descobrirem, por exemplo, que não querem aceitar a ideia porque ainda não estão prontos para aceitar essa responsabilidade — tudo bem. Mas o

que for, no vosso caso, é isso que queremos. E quero que tragam isto para a aula na próxima semana.

E espero que este exercício seja pessoal para cada um de vocês — sem desculpas, sem excepções. Espero que sejam completamente honestos ao escreverem, e é possível que, se forem chamados, tenham de os ler.

No caso da Isabel, a gravação será desligada. Mas quero que vocês próprios percebam, ao fazerem este exercício, até que ponto concordam, até que ponto não concordam. Quais as crenças opostas que têm, o que poderão ser, e como operam nas vossas vidas. Todos perceberam? Então, esta aula está encerrada.

AULA DE PES 18 de Setembro de 1973

Discussão abrangente sobre sonhos da semana anterior, sonhos da turma, experiências fora do corpo e crenças. Jane leu um trecho do novo livro de Seth. Após o segundo intervalo da aula, um aluno questionou se uma afirmação anterior de Seth — em que dizia para fugirmos de quem dissesse ter a verdade — não entrava em contradição com o que ele dizia no livro sobre crenças. Seth interveio, dirigindo-se primeiro ao aluno:

SETH – Permite-me algumas observações. Quando um homem te disser: "A minha realidade e a minha versão dela são a única verdade", então foge dele. Quando disser: "Eu tenho a verdade, e mais ninguém a tem", foge dele. Quando disser: "Eu tenho a verdade, e tu certamente não a tens", foge dele.

O que eu vos estou a dizer é que *vocês* têm a vossa própria verdade. Que *vocês* criam a vossa realidade. E isso é a verdade.

Vocês criam a vossa realidade! E quando o significado dessas palavras realmente vos atingir, vão gritar comigo: "Eu sempre soube disto. É tão simples. Por que fizeste tanto caso disto?" Mas até lá, não é assim tão óbvio, por isso repito-o, vezes sem conta.

O *eu* não é limitado — isso dá-vos espaço para criarem as vossas próprias verdades e realidades. O *eu* não tem fronteiras. Podem ser vocês próprios, experimentar-se, sem se perderem no universo, e ainda assim ultrapassar os limites que agora aceitam.

Vocês moldam a vossa realidade de acordo com as vossas crenças. Não há uma verdade única. Por isso não vos posso dar a verdade, e qualquer homem — ou fantasma ou espírito — que vo-la ofereça numa pílula, poção ou ideia, fujam dele. Porque, ao dizer "Isto é a verdade", está a dizer que tudo o resto não é — e está a limitar a vossa visão, a vossa realidade, a condicionar a vossa viagem.

ALUNO – Então estás a dizer que não há verdade a não ser aquilo que se acredita como verdade? Isso é a verdade?

SETH – Isso não foi o que eu disse, e deixo-te a ti, ao examinares a transcrição, perceberes a diferença. Não existe uma única verdade. *Tu és uma verdade.*

ALUNO – Excepto que crias a tua própria realidade.

SETH – *Tu és uma verdade!*

RICK – Então, o facto de que criamos a nossa realidade é apenas uma crença?

ALUNO – Então o que significa "verdade"?

SETH – Pergunta a ti mesmo, e diz-me a resposta com que ficas — porque já estás a estruturar a tua resposta, e todas as tuas perguntas até agora estão moldadas pelas tuas crenças sobre a palavra "verdade".

ALUNO – Posso fazer uma pergunta?

SETH – Podes.

ALUNO – Quando dizes que o eu não é limitado, e achamos difícil absorver isso, é porque o nosso sistema de crenças cria realidades que não permitem ao eu manifestar-se de forma ilimitada?

SETH – Em parte, sim. Mas também escolheste a realidade em que essas crenças existem como ideias de massa.

ALUNO – Então, a nossa realidade é de que o eu é limitado — e por isso torna-se limitado.

SETH – Até que percebas que não é.

ALUNO – E quando tens de trabalhar com os caprichos dos outros, como na música ou noutra coisa qualquer, em que tens de causar uma impressão neles. Isso exige algum poder sobre eles, ou pelo menos poder para comunicar.

SETH – Quando pensas em termos de "poder sobre"…

ALUNO – Não necessariamente poder *sobre*, mas tens de os influenciar de alguma forma.

SETH – Existe o poder *para*, e não o poder *sobre*. O poder para viver, o poder para morrer, o poder para amar, o poder para odiar. Não tens poder sobre ninguém. Quando pensas que tens, estás a enganar-te, porque se tens poder sobre outro, então outro tem poder sobre ti, e as tuas crenças tornam-se inúteis.

ALUNO – Mas não existem forças contra nós?

SETH – As únicas forças contra ti são aquelas dentro de ti que acreditas estarem contra ti.

ALUNO – A Jane estava a falar antes sobre a sua crença em relação ao trabalho—

SETH – Essas são crenças que o Ruburt tinha. Não eram forças a trabalhar contra o Ruburt. E, na verdade, durante algum tempo, o Ruburt usou essas crenças de forma bastante eficaz. Todos vocês podem usar diferentes crenças de forma eficaz durante algum tempo. Às vezes, não percebem que as estão a levar longe demais. Não são crenças negativas, e muitas das crenças que vos limitam neste momento nem sequer são negativas. São apenas crenças que já não funcionam da maneira que vocês desejam nesta fase da vossa realidade. Noutra altura, podem até ser bastante úteis.

ALUNO – Queres dizer que não as teríamos se não as tivéssemos usado em algum momento?

SETH – Exactamente. São ingredientes. Os ingredientes que usam para formar a vossa realidade. Se colocarem demasiado sal num bolo, o bolo pode ficar intragável — mas não há nada de errado com o sal!

Agora, vou fazer com que o Ruburt vos leia um capítulo do meu livro, e depois espero ver-vos a aplicar as ideias do livro na formação da vossa própria realidade, a experimentarem entusiasticamente a realidade que têm. Comecem pelos pontos positivos, não pelos problemas.

ALUNO – Qual seria o primeiro passo?

SETH – Se há uma coisa que quero que façam esta semana, é a mesma que queria que fizessem até agora: que compreendam *emocionalmente*, e não apenas intelectualmente, que vocês criam a vossa realidade.

Então, olhem à vossa volta esta semana, em todas as áreas da vossa actividade — o trabalho, os relacionamentos pessoais, a saúde, as alegrias e as dores — e vejam se conseguem encontrar a ligação entre as vossas crenças e as vossas experiências. Observem a vossa vida e a vossa consciência dessa forma. Sintam a energia ilimitada que flui em algumas direcções e que é inibida noutras. Cada um de vocês tem um excelente laboratório onde pode trabalhar: o laboratório da vossa própria consciência. E também deverão receber ajuda no estado de sonho — e podem, de facto, pedi-la. Há, no entanto, quem (para o Larry) procure duendes em cada raio de luz!

ALUNO – Disseste que se quiséssemos ajuda, podíamos pedi-la. Pedimos a nós próprios?

SETH – E acreditamos que a vamos receber.

ALUNO – Acho que acredito nisso. Tenho de examinar essa crença.

SETH – Não há pergunta que possam fazer para a qual não tenham resposta. Se acreditarem nisso — cada um de vocês — então as respostas às vossas próprias perguntas ser-vos-ão dadas. Mas têm de acreditar que as respostas estão lá e que as podem receber.

Não podem dizer: "Bem, vou ver se isto resulta, mas sou tão estúpido que provavelmente não vai funcionar comigo", ou "É tão difícil lembrar-me dos meus sonhos que provavelmente não vou conseguir, mas vou dizer a mim mesmo que sim" — e depois darem a vocês próprios uma boa sugestão! Já se deram sugestões. E acabam por ter contra-sugestões: uma que diz "Vou

lembrar-me dos meus sonhos e ter as respostas às minhas perguntas", e a outra que diz "Nunca me lembro dos sonhos e não tenho as respostas".

Vocês criam a vossa própria realidade — a realidade do sonho, a realidade desperta e todas as realidades em que existem. Não há acidentes. As vossas alegrias vêm de vocês, assim como os vossos sucessos — e os vossos fracassos, ou aquilo que consideram fracassos.

ALUNO – Mais cedo esta noite falámos sobre a morte e certas coisas por que as pessoas passam nas fases finais desta consciência. Isso afecta as pessoas de formas diferentes? Por exemplo, uma pessoa que tem uma morte violenta é afectada de forma diferente, noutro nível de realidade, de alguém que tem uma morte pacífica e feliz?

SETH – Estás sempre a lidar com indivíduos, por isso não se pode responder a isso nesses termos. Mas uma pessoa que escolhe uma morte violenta, escolhe esse método, por exemplo, em vez de uma doença prolongada — pelas suas próprias razões.

ALUNO – Uma é mais benéfica do que a outra?

SETH – De modo nenhum.

ALUNO – Porque é que alguém quereria experimentar sofrimento?

SETH – De acordo com as crenças dessa pessoa.

ALUNO – Então não devemos ficar tão perturbados ou afectados por esse tipo de situação?

SETH – Parte disto está no meu livro, mas muitas pessoas preferem sair num "clarão de glória", seja ele sangrento ou não, a ficarem deitadas num quarto de hospital. Outras preferem, nos vossos termos, perder as memórias desta vida e partir discretamente. Algumas pessoas preferem uma vida de excitação, perigo e experiências perto da morte. Outras preferem uma vida tranquila com livros. Nenhuma é melhor do que a outra. Ambas *são*.

ALUNO – A pergunta que quero colocar é a seguinte: nesta vida, neste momento, com a idade que tenho, tenho uma certa atitude sobre a morte.

Essa atitude, esse tipo de morte que desejo, vai manter-se comigo? Eu não quero uma morte violenta.

SETH – Se não queres uma morte violenta, não terás uma, se acreditares verdadeiramente que não a terás. Se pensas que não queres uma morte violenta *porque* acreditas que irás tê-la — então isso já é outra questão. O nosso índio aqui presente...

ALUNO – Ao examinar crenças falsas, é fácil mudá-las a meio do caminho ou é necessário ir à raiz da crença falsa e plantar uma nova semente?

SETH – Cada um de vocês vai funcionar à sua maneira, e o livro responde especificamente a essa pergunta. Cada indivíduo trabalhará à sua maneira, e depende também das crenças em questão e de quão profundamente estão ligadas ao vosso coração — e isso é tudo o que vos direi. As crenças que realmente *querem* deixar para trás, podem ser abandonadas facilmente — e essa é uma frase carregada de significado.

ALUNO – Como se pode ajudar uma pessoa que acredita que somos nós a fazê-la sofrer?

SETH – Deixem-na em paz!

ALUNO – Espera, deixa-me acabar — e essa pessoa acredita mesmo que somos nós a causa do seu sofrimento. Como é que se pode ajudá-la a mudar essa crença, a perceber que é ela própria que está a criar isso? Como ajudá-la a aceitar esta premissa de que criamos a nossa realidade?

SETH – Antes de mais, se essa pessoa acredita que tu és a causa do seu sofrimento, então deves deixá-la em paz. É a melhor ajuda que podes dar-lhe nesse momento. Qualquer outra atitude é falsa simpatia. Não estás a ajudar. A ajuda pode chegar, sim — mas enquanto essa crença se mantiver, não virá de ti.

ALUNO – Mas e quanto aos meus próprios pensamentos, às minhas crenças, mesmo que não me aproxime dessa pessoa? Como é que a minha atitude, os meus pensamentos, ou o que eu projectar em direção a essa pessoa pode ajudar a mudar essa crença?

SETH – Então, na tua mente, imagina essa pessoa a perceber que cria a sua própria realidade, e vê essa realização acontecer por parte dela. E fora isso, não faças nada. Não podes forçar uma crença em ninguém. Não podes conhecer, como o Ruburt diria, a ordem interior dos acontecimentos dessa pessoa. Não deves tentar impor as tuas ideias ou as tuas crenças a ninguém.

ALUNO – Então devo dizer: "Eu não te estou a fazer sofrer", certo?

SETH – Deixa que sigam o seu caminho, à sua maneira. Tu és a tua responsabilidade. Cada pessoa é a sua própria responsabilidade. Estás a tentar provar um ponto. Queres ajudar, sim, mas estás a tentar provar que tens razão. Estás a criar resistências, e quanto mais insistes que o teu caminho é o certo, maior se torna a barreira. As ideias são fluidas, como a água. Se as deixares, mudarão. Mas tu ergues uma barragem ao insistires: "Tens de ver isto à minha maneira." As crenças moldam a realidade.

ALUNO – E se eu nunca disse isso? Mas talvez tenha essa atitude, de certa forma, mesmo que não de forma vocal ou evidente, mas compreendo que não sou a causa do sofrimento dessa pessoa, ou do desejo (ou falta dele) de viver.

SETH – Então deixa que isso seja suficiente. O indivíduo também te está a usar, e tu estás a permitir. Enquanto alguém puder apontar para ti e dizer: "És tu a causa do meu sofrimento", não precisa de se enfrentar a si próprio. E, enquanto participares nesse jogo, também tu não estás a ajudar. Não tens fé suficiente na pessoa em questão. Ela encontrará o seu próprio caminho — à sua maneira — e fá-lo-á com alegria. Aceita isso como certo.

Agora, esta sessão não foi pensada para ser um fórum de perguntas e respostas de todas as galerias e cantos esta noite. Só queria que soubessem que estive aqui. Fui apanhado!

Quero, no entanto, que examinem as vossas mentes, como referi no início desta noite — que estejam atentos no estado de sonho e no estado de vigília.

E estão a crescer, cada um à sua maneira. Olharei para aqui — a maioria de vocês está a crescer, pelo menos um pouco ousados. Estão a observar as vossas realidades, e no estado de sono, estão a despertar; e no estado de vigília, a ousar espreitar por cima do limiar para outra camada de consciência. Estão a ir bem.

Agora, despeço-me com uma calorosa boa noite. Seria, a curto prazo, muito mais fácil dizer: "Tenho uma verdade para ti. Vou dá-la numa pílula ou numa poção. Vais tomá-la ou comê-la." — Mas *vocês são verdades.*

Examinem as vossas crenças sobre a palavra "verdade". A palavra "verdade", por natureza, exclui tudo o que está fora dela como sendo falso. Lembrem-se disso.

ALUNO – Então tudo é verdade?

SETH – Estás a brincar com palavras e frases – alegremente, mas com demasiada facilidade.
Estudante – Seth, uma última pergunta? A propósito de bebidas de verdade, não me sinto desenvolvido o suficiente para perceber o que é isto (apontando para uma garrafa na mesa ao lado). Chama-se água bion.
SETH – É uma garrafa de crenças. Usa-a com alegria e sabedoria!
Estudante – Não faz mal?
SETH – Acreditas que faz mal?
Estudante – Acredito que talvez faça.
SETH – Então afasta-te dela!
Desejo-vos a todos uma boa noite cheia de alegria, verdade e exuberância, no vosso mundo, onde ainda pensam em termos de verdadeiro e falso, real e irreal – e pergunto-me quanto tempo demorará, nos vossos termos, até conseguir colocar-vos noutro contexto.

AULA DE PES 7 de Março de 1972
Durante uma conversa, uma estudante comentou que tinha lido o "livro do Seth".

[SETH – Leste o livro do Ruburt. Ainda não leste o meu livro – e esse sim vai abrir-te os olhos.
(para uma estudante) – Dei-te um sermão numa noite, e foi bom para ti.
Estudante – Então porque não me lembro?
SETH – Lembras-te suficientemente bem. O teu ego é que não quer saber.
(em resposta a outro comentário) – Consegues superar isso se parares de te preocupar. Levaste o conselho a sério.

Intervalo.
Uma estudante disse à Jane que o Seth a tinha corrigido de forma veemente sobre qual livro tinha lido.

SETH – Alegrementemente, não veementemente. Agora, estou muito bem e espero que vocês também estejam. E já vos disse, e repito, que os Sumari estão a regressar a casa. E assim, mais alguns Sumari regressam. Eles ainda não sabem conscientemente o que são os Sumari.
O meu amigo ali no canto (aponta para um estudante), repara como pouso os óculos suavemente para que possas contar isso ao nosso amigo Ruburt.
(para um estudante) – E um pequeno lembrete, que todos já ouviram, para alguém aqui deste lado, sobre a vitalidade do universo – que a santidade não precisa de ter um rosto severo e austero; que a voz do universo se expressa de muitas formas e que não precisa de ser adulta nem digna; não precisa de andar de olhos baixos; e não tem medo de si própria.
Os nossos amigos aqui (apontando para três estudantes) estão confusos porque não vêm às aulas desde o desenvolvimento dos Sumari. Devia pedir ao nosso primo de Richelieu ali ao fundo que lhes explicasse o que tem acontecido.

Estudante – Mas tu não farias isso, pois não, Seth?
SETH – Pelo bem do meu invisível coração, não o farei.
Estudante – Oh, obrigado.
SETH – E estes rapazes (Jeff, Richard, Ricky) já passaram por um verdadeiro teste da última vez, por isso não os vou obrigar a explicar também. Em vez disso, parece-me que os Sumari deviam explicar. (para um estudante) Concordas?
Estudante – Com todo o coração.
SETH – Então dá-nos um momento. E dá-lhes um momento também. E uma saudação especial a este cavalheiro ali no canto (um estudante de Binghamton, NY).

Os Sumari falaram com três estudantes e indicaram ligações entre eles. Depois disso, Jane procurava os óculos e um estudante disse-lhe que tinham sido pousados gentilmente na mesa.

SETH – Agradeço-te. Agora… (para uma estudante) Espero ouvir um comentário teu.

Uma estudante falou sobre a sua impressão dos Sumari e a turma tentou explicar o que se tinha passado nos últimos meses... depois, ficámos simplesmente a olhar uns para os outros durante uns cinco minutos.

SETH – Agora. Agrada-me que esperem por mim com tanta atenção. Mas agradar-me-ia ainda mais que esperassem por vocês próprios com a mesma atenção – e que ouvissem as vossas próprias vozes com tanta atenção como ouvem a minha.
O Ruburt esteve esta noite envolvido em vários níveis de consciência e realidade. Todos eles estão disponíveis para vocês. A sua consciência não tem habilidades que a vossa não tenha. Ele não tem acesso a nenhum conhecimento que vocês não possam também aceder. Ele simplesmente procura – e não tem medo.

Nenhum de vocês tem realmente medo do fracasso; não têm medo de que a vossa busca pela verdade não traga recompensas; têm medo de coisas muito mais mundanas. Têm medo de parecer tolos. Têm medo de se soltarem. Têm medo de não parecerem dignos. Têm medo de não serem certinhos. Têm medo de não serem convencionais. Têm medo de que alguém se ria. Tudo isso mostra que não confiam no vosso eu interior, na vossa verdadeira identidade – que têm pouca fé em vocês mesmos. E enquanto não tiverem fé em vocês próprios, não poderão ter verdadeira fé no universo ou em Tudo O Que É.

Muitos de vocês nem sabem bem o que sentem ou quais são as vossas opiniões – embora achem que sabem – porque aceitam as opiniões dos outros. Enquanto não se libertarem, não poderão libertar ninguém; não podem ser livres na realidade que estão agora a criar.
Uma flor não precisa de um sermão sobre os benefícios do sol. Não precisa de se convencer de que o universo é uma coisa boa. Ela simplesmente é, alegremente, com confiança e fé.

Digo-vos – a todos – que, em muitos aspetos, a mais pequena célula da vossa orelha esquerda tem mais fé do que vocês na natureza da realidade, porque simplesmente *é*. Portanto, sejam vocês mesmos e não levantem barreiras contra o que são. São parte de Tudo O Que É. Quando reconhecem isso, não precisam de levantar nenhuma barreira contra vocês próprios.

Não podem querer explorar a realidade interior do vosso ser e, ao mesmo tempo, ter medo dela como se fosse uma masmorra maligna.
(Para um estudante) – A cruz, nos teus termos, deve ser uma alegria e não um fardo.

Os fios de erva não curvam a cabeça em arrependimento, e como uma das canções dos Sumari diz: os deuses não chegam ajoelhados. Portanto, não venham ajoelhados, mas com a consciência de que são únicos, originais – e parte de Tudo O Que É. E não se encolham diante dos outros nem diante de vocês próprios.

E para vos mostrar o quão adulto é o Ruburt (a brincar), e quão adulto eu sou, e quão santo e espiritual e digno podemos ser… então, mais uma vez, alegrem-se comigo e deixem que a vitalidade que canta através deste corpo cante também através do vosso, porque a mesma energia está ao vosso alcance. E as estrelas cantam – não choram. E as vossas células cantam: ouçam-nas, e esqueçam muito do que vos ensinaram. (Acena para a estudante com dificuldades auditivas) E abram o vosso coração e escutem.

Agora. Haverá outro encontro dos Sumari, e todos devem esperar por encontros com eles no estado de sonho. Sei que todos vocês conseguem facilmente tornar-se conscientes no estado de sonho, e espero que o façam. Estão a perder encontros fascinantes.
(Tenta puxar o vestido comprido da Jane) – O Ruburt insiste em usar estas saias! – (para um estudante) – Há alguns curadores que estão atentos a ti e prontos para te dar orientação.
Estudante – Eu sei.
SETH – Pois, seria útil se te lembrasses do que eles te disseram. Há uma coisa chamada cortesia simples. (Para outro estudante) – O Jason também tem outro amigo, muito simpático, e os dois estão prontos para te ajudar noutra aventura fora do corpo. Agora, como diria o Ruburt, vamos lá ver alguma ação.

Estudante – Acabei de receber essa informação esta semana sobre esse amigo que vai trabalhar connosco, mas não mencionou nada sobre sair do corpo.
SETH – Mencionará. (Para um estudante) – O nosso amigo aqui tem estado envolvido em muitos dos teus episódios de sonho, especialmente com a nossa amiga aqui e com a sua amiga Barbara. Espero que te tornes tão

consciente nos teus sonhos quanto achas que és agora – na verdade, que uses as tuas habilidades nos sonhos melhor do que as usas agora. Há relações que se passam entre vocês no estado de sonho que ainda não surgiram em aula porque não se lembram delas.
E há alguém muito calado na aula (para Jeff) que no estado de sonho não é nada calado – grita, protesta e faz uma algazarra que ninguém acreditaria. Ele atormenta estes dois (aponta para Rick e Richard), mas também tem uma natureza emocional profunda e estável, à qual, por vezes, tu (para outro estudante) te agarras – às vezes com prazer, outras com ressentimento. Uma natureza interior que ainda não é visível.

Gostaria que todos vocês, por um momento, examinassem a sensação da vossa própria consciência neste instante. Sustenham-na. Dobrem-na como fariam com um músculo. Deixem o mundo mudar com ela. Levem essa sensação convosco para a cama. Tentem lembrar-se de como se sente, e depois sigam-na. Um de vocês – este aqui atrás do Ruburt (um estudante) – sempre esteve inconscientemente consciente dos Sumari e da sua natureza brincalhona.

Se ao menos pudessem apreciar a vossa própria singularidade – e, de facto, perfeição – neste momento, da mesma forma que apreciam o afecto e a perfeição de um animal, então teriam alguma ideia do que realmente são. Olhem para vocês como olhariam para um amigo querido. Sejam tão gentis convosco como seriam com um amigo amado. Então deixarão de ter tanto medo de vocês próprios.

E agora despeço-me com carinho, e que toda a energia que vos pertence se revele a vocês, e que sejam tão brincalhões e abençoados como a célula – a mais pequena célula do vosso ouvido; tão brincalhões e abençoados como os deuses; e tão brincalhões e abençoados como o vosso eu interior.

Pequena pausa, durante a qual discutimos o que tinha sido dito.

SETH – Agora, antes de o Ruburt encerrar a aula: ele não gosta da palavra "alma", mas eu gosto. Podem usar "entidade" se preferirem, mas a alma não é algo que se tenha; não é algo que se salve ou se perca; não é como a virgindade que se entrega e depois se lamenta; não é uma relíquia preciosa que se esconde num armário longe dos estranhos. A alma é aquilo que vocês são. Não é algo que se adquire na morte – vocês têm-na agora, porque são-na

agora. A alma não começa a perceber na morte – ela e vocês percebem *agora*. Não precisam de esperar pela morte para descobrirem o que é a alma. Conheçam-se agora e saberão o que é a vossa alma.

E com essas palavras pesadas, encerro a minha sessão, e o Ruburt pode encerrar a aula como quiser. A minha paz para vós – e aquela que não vos posso dar, terão de encontrá-la por vocês mesmos.

AULA DE PES 12 de Março de 1974 & 4 de Abril de 1972
Após uma conversa sobre as experiências dos membros da turma durante a semana, Seth manifestou-se.

SETH – Hoje o Ruburt tem os seus óculos modernos, e podem dizer-lhe que eu os pus suavemente sobre a mesa. Estão realmente num limiar, e encontrarão muitos Sumari ao vosso lado. Temos isto com que lidar (aponta para a franja), e esperamos que seja cortado em breve. Temos isto também (a saia comprida), e isto (o colar).
(Para uma estudante) – Se te sentires desconfortável ao pensar em confissão, então pensa antes numa procissão, e no Ruburt a usar isto (o colar dela) para espalhar incenso – o que não te vai ajudar nada. A nossa amiga não está habituada a mim – está habituada ao Ruburt nas aulas de escrita criativa. Mas o Bernard conhece-me, e conhece-me bem. E é tudo o que direi – mas podes aprender com ele. Ele irá alargar a tua experiência. Também foi por causa do Bernard que embarcaste no episódio do reformatório. Antes disso, não terias tido coragem, nem te teria passado pela cabeça. Ter-lhes-ias levado bolachas em vez disso.

Agora, há algo que quero que todos façam, e é uma continuação do que fizemos na semana passada. (Para uma estudante) Quero que procures imagens e que te vejas, numa vida específica, como africana.

Agora gostaria que fechassem os olhos. Não quer dizer que tenham de os fechar – é apenas mais simples assim, mas sintam-se livres para os deixar abertos se quiserem. Quero que ouçam os sons, que se permitam escapar pelas sílabas. Não procurem significado específico nas palavras. Pensem nas sílabas como átomos ou moléculas que cantam. Agora deem-nos um momento – esta é a Canção da Criação dois. É a segunda parte, por outras palavras.

CANÇÃO SUMARI DA CRIAÇÃO

Após a canção da criação, os Sumari transmitiram uma mensagem a vários membros da turma.

AULA DE PES 16 de Maio de 1972
Uma estudante tinha lido parte da sua sessão privada, e a turma discutia-a quando Seth apareceu.

(Primeira palavra perdida) – um João Baptista.
(Para uma estudante) – E a nossa amiga aqui não me vê como um deus, mas simplesmente como um professor que conhece Matemática II, enquanto ela está envolvida com a Matemática I. E quase sempre que abres a boca fazes uma boa pergunta, por isso para de te bater mentalmente.
A nossa amiga ali no canto poderia beneficiar de uma cópia da tua sessão. Agora vê – o Ruburt hoje não está envolvido com saias, por isso temos alguma liberdade. Diz-lhe que espero – entendes? – mais peso aqui agora. Já tive paciência suficiente com pele e osso.

Agora quero que todos saibam – e já sabem – que a sessão dada à nossa amiga aqui foi dada para cada um de vocês, e todos podem usá-la à sua maneira.
Ela inibe o som. O que é que vocês inibem? Em que áreas é que recuam? O que é em vocês que fingem não saber?

Canções dos Sumari

AULA DE PES 31 de Outubro de 1972

SETH – Tenho uma pequena observação. A energia e a direção estão dentro de vocês. A energia que agora experimentam está focada, mas está sempre presente. A direção que sentem faltar quando eu não falo está dentro de vocês o tempo todo.
Agora, dou-vos as boas-vindas (para um estudante). Como sabes, a tua pessoa, agora, é importante. E uma das muitas "não-mensagens" que tenho para ti é precisamente que a tua identidade não é engolida por um super-deus ou um super-eu. A identidade de uma folha existe – e o verbo "existe", se bem compreendido, significa que não há começo nem fim.

E a existência não precisa de ser torturante (para Rich K.), nem desagradável, nem dolorosa. A voz de uma flor pequenina pode lançar-te em êxtases de ser – se a ouvires.
Por isso, olha para a energia dentro de ti – não para a minha. Eu sou um exemplo, uma demonstração dessa energia que está sempre em ti. Então sente-a dentro de ti e desfruta da vitalidade do teu próprio ser.

E se caísses num buraco (para um estudante) para fora da existência, criarias outra existência do outro lado e cumprimentar-te-ias a ti mesmo com um tapa nas costas – como de facto já fizeste. Assim, despeço-me com carinho – e dou as minhas bênçãos àqueles a quem posso dá-las. E aquelas que não posso, terão de encontrá-las dentro de vocês.

AULA DE PES 20 de Fevereiro de 1973

A aula começou com a leitura dos últimos trabalhos sobre crenças, feitos há cerca de quatro semanas, seguida de discussão. A conversa passou por temas como crenças, pressupostos fundamentais e a criação de realidades. Seth interveio:

SETH – Agora, deixei-vos ir alegremente em frente, e isso é bom para vocês. Nos termos em que falo, vocês criam toda a vossa realidade neste momento. Todas as vossas realidades cruzam-se neste momento; e na medida em que vivem plenamente este momento, vivem plenamente todas as realidades. As vossas acções agora afectam todas as realidades – as que conhecem, as que conhecerão e as que já conheceram. Têm uma energia incrível neste momento. É ela que vos mantém vivos, nos vossos termos, neste momento. Cada um de vocês é uma janela para aquilo a que chamam passado e futuro – e até para outras probabilidades. São pontos focais de energia através dos quais emergem e criam constantemente, e não há fim para a energia dentro de vocês, neste momento em que vos falo.

Criam crenças à medida que avançam. Por detrás de todas as crenças está a realidade do vosso ser neste momento. E este momento é eterno e interminável. Quando digo isto, não quero dizer que está completo e dura para sempre – quero dizer que é eternamente criativo e nunca terminado – eternamente inacabado, mas sempre em crescimento, tal como vocês próprios. E como vos disse antes: são de facto deuses disfarçados de

criaturas. Agora deixo-vos a digerir isso – e a usufruir da vitalidade e energia do vosso próprio ser.

Larry relatou à Jane o que o Seth tinha dito. Rich comentou que, se existe uma realidade para além das crenças, então podemos mudá-la.

SETH (Para Rich) – Tu és real. Tu existes. Tens crenças sobre a tua existência. Tens crenças sobre o teu próprio ser. Mas por detrás de todas essas crenças está a tua existência. E a tua existência é uma realidade. As respostas, as crenças e as perguntas estão todas dentro da realidade que tu és – e explicar-tas-ás a ti próprio à medida que a tua experiência se transforma.

Jeff – Existe algum plano onde não existam crenças e perguntas como as conhecemos?

SETH (Para Jeff) – Existem realidades em que, nos teus termos, as perguntas não existem da mesma forma – tal como uma árvore cresce para fora um centímetro de cada vez. Esse crescimento, no vosso mundo, é uma pergunta. No mundo da árvore, não é uma pergunta – é crescimento. E essa é a minha resposta. A árvore acredita que existe um espaço por onde pode crescer – e isso é uma resposta para ti. E estou, deliberadamente, a deixar brechas por onde possam saltar – e fazê-lo com ousadia e coragem!
(Para Rick Stack) – Reconheço-te.

Rick – Posso fazer uma pergunta?
SETH – Podes, com certeza.
Rick – Quando dizes que por detrás de todas as crenças está a minha existência – por detrás das minhas crenças sobre a minha existência está a minha existência – será que essa existência é como que as crenças de outro aspeto da minha personalidade, ou as crenças de Tudo O Que É?... Sabes o que quero dizer?
SETH (para Rick) – Tu sabes o que queres dizer? Tu existes porque acreditas que existes.
Barrie – E se ele não acreditasse nisso?
SETH (para Barrie) – Então seria "adeus, Ricky!". Mas há uma parte do Ricky que está sempre consciente da sua existência – com corpo ou sem corpo – e essa parte não pode ser enganada pelas crenças do Ricky.
Barrie – Essa parte tem as suas próprias crenças?
SETH (para Barrie) – Essa parte existe.

Barrie – Então, essa parte estaria para além das crenças, como falávamos antes.
SETH – Não disse que estava para além das crenças. Agora, todos vocês precisam de pensar um pouco por conta própria – e olhar para o grande deus interior que há em vocês, em vez de olharem para o grande Seth!

Um estudante comentou que uma árvore não tem problemas.

SETH – Devolver-vos-ei à vossa… (palavra pouco audível).

Durante a discussão que se seguiu, uma estudante disse que se perguntava o que era realmente a fé.
SETH (para a estudante) – A fé é o que te permite crescer de feto para adulto. É o que faz o teu pulso cantar e o sangue circular pelas tuas veias. É o que mantém a tua mente a pensar. É o que te permite fazer a pergunta. E essa é a melhor definição que te posso dar. Fé é aquilo que tu és quando não estás a pensar sobre o que és.

Uma estudante começou a contar à Jane o que Seth tinha dito, e Seth interrompeu:
SETH (para a estudante) – Se a tua mente consciente fosse tão operativa como é agora no momento do nascimento, nunca acreditarias que conseguirias sobreviver. Duvidarías da tua capacidade de crescer. A fé é algo que te ofereces a ti próprio – funciona dentro e para além dos pressupostos fundamentais que mais tarde reconheces.
Quando cresces de feto, intelectualmente não sabes que tens de crescer tantos centímetros ou tantos metros. Intelectualmente, não sabes que tipo de espaço é necessário para emergires. E, no entanto, fás-lo. Da mesma forma, nos teus termos, nasces e morres. E morres com a mesma fé com que nasceste.

Barrie – Disseste que ela tinha consciência em bebé, mas que duvidaria que pudesse crescer. Porquê? Porque é que isso seria efeito da consciência?
SETH – Porque a mente consciente tem características próprias – características muito necessárias. Mas não são necessárias no momento do nascimento. E a consciência, tal como a entendem, tem de crescer juntamente com os pressupostos do mundo em que nascem, para vos ajudar a navegar nesse mundo. Mas não podes nascer já com uma consciência

plenamente desenvolvida e orientada para o físico – porque ela colocaria tantas perguntas que morrerias antes de dar o primeiro fôlego!

AULA DE PES 2 de Dezembro de 1978

Um estudante (Rich K.) leu um ensaio que tinha trazido sobre criatividade e compromisso.

SETH – Ora bem. O sol brilha, o escritor escreve, o artista pinta, o pensador pensa, o sonhador sonha – e cada um de vocês, quer o saiba ou não, segue naturalmente a sua própria natureza. Florescem, quer reconheçam ou não o padrão das vossas pétalas. Cantam. São como uma espécie trans-específica, como diria o Ruburt.
Algo acontece quando encontram o mundo. Algo acontece quando se encontram uns aos outros. Algo acontece quando têm um filho, quando pensam, quando olham uns para os outros. Algo acontece no momento em que nascem – e o mundo é diferente. Porque vocês são, o mundo é diferente. É um mundo de indivíduos, e para distorcer uma velha máxima histórica: Deus deve amar os indivíduos – porque nunca criou outra coisa.
Não nascem como membros de uma nação ligados uns aos outros por um fio. Cada um de vocês tem consciência da diferença dos seus pensamentos. E quando os vossos pensamentos encontram o mundo, mudam o mundo.
Claro que também são transformados pelo mundo – porque não são feitos de cimento. Mas se vos ensinei algo, espero ter-vos dado a graça de se conhecerem, de reconhecerem que são, à vossa maneira, transformadores do mundo. Porque à medida que se transformam, o mundo também muda. O mundo muda porque vocês são.

E se ouvirem – sem ouvirem com demasiada força – num momento íntimo podem escutar as vossas moléculas a gritar, perdoem-me a expressão, com o seu próprio optimismo. Cada molécula é um mundo. Cada pensamento vosso forma mundos. Eu digo o que digo – e digo mais do que ouvem – e mesmo assim ouvem-me em silêncio.

Quando falo de responsabilidade, falo da responsabilidade do gato de levantar a cauda ou rodar as orelhas. Nenhum gato diz "tenho de pôr o meu traseiro nesta posição" ou "tenho de brincar com erva-gateira". E no entanto, o gato é um gato – um gato perfeito – mesmo que esteja ferido, ou

tenha uma pata partida, ou seja velho ou surdo. Um gato é um gato perfeito. E isso conseguem compreender.

Mas da mesma forma, têm a responsabilidade de serem vocês mesmos, tal como o gato tem de ser o que é. De expressarem, com alegria, a vossa natureza de criatura. E é através dessa expressão que a vossa espiritualidade florescerá – pois ela não florescerá se fingirem que o espírito está algures longe e vocês estão aqui.

(Para Rick Stack, Charlene e VZ, que na altura davam aulas do Seth em Nova Iorque) – Portanto, aqueles que falam em meu nome: que haja momentos de actividade ruidosa! Que haja brincadeira! Que até haja espaço para o desacordo, se for necessário – mas nunca, e sei que não o farão – nunca imponham um falso tecto de paz. Porque a paz é activa.
E se tenho alguma mensagem para os vossos alunos, como sempre, não é uma mensagem silenciosa. Quando sentirem verdadeiramente a vossa vitalidade, isso será compreendido pelos vossos alunos.

(Para Sue) – E quando cada pessoa sentir e libertar a sua própria criatividade, não haverá necessidade de livros sobre as aulas de Seth. Mas por agora, essa necessidade ainda existe.

Então todos vocês começaram algo, não foi? E quando começou? Agora, nos meus livros e quando vos falo, uso palavras simples. E às vezes as pessoas escrevem a perguntar porque não dou métodos mais claros – instruções, passo a passo, sobre como fazer isto ou aquilo.
(Para Rick Stack, Charlene e VZ) – Por isso, quando digo que as vossas aulas vibrem com qualidade, cabe-vos descobrir o que é "qualidade" para vocês.

E quando digo a cada um de vocês – com ou sem aulas – que as vossas vidas sejam vidas de qualidade, beleza e verdade, não me compete a mim definir beleza ou verdade para vocês. Esse é o vosso desafio.
Vão ouvir as minhas palavras e interpretá-las – e essas interpretações são extremamente importantes.
(Para Rob) – Agora, se existe algo no universo chamado boa intenção, então ela está aqui.
(Seth retira-se.)

Rick Stack comentou uma sugestão de sonho vinda dos Portões de Marfim e que achava que o seu sonho estava relacionado com a Cidade.

A turma discutiu sobre Anita Bryant (cantora e vencedora de concursos de beleza, conhecida pelas suas posições contra a homossexualidade em 1977) e sobre o suicídio em massa de Jonestown (liderado pelo Reverendo Jones na Guiana).

SETH – Agora, tema: Anita Bryant. Tema: Jonestown. Tema: a comunicação da consciência oficial e o que ela gerou.
Se não fosse a televisão, não saberiam muito sobre Anita Bryant. Não saberiam quase nada sobre o Reverendo Jones – que acreditava ser Deus e que levou (entre aspas) "os seus seguidores à loucura".
Se não fosse pela televisão, pela tecnologia e pela linha oficial da consciência, não saberiam sobre o fanatismo de Anita Bryant, da Miss América, da típica torta de maçã americana, da boa religião e por aí fora.

Agora, Anita Bryant tem o seu propósito, apesar de todas as suas distorções – porque ela apresenta a cada pessoa uma imagem exagerada de certas crenças. Ela leva cada pessoa a questionar a natureza das suas próprias crenças sobre sexualidade.

E a sexualidade não é apenas uma questão pessoal – de quando fazer, com quem, como e porquê. No vosso tempo, a sexualidade também significa: o que é ser americano?
Ser um herói do futebol e um macho viril?
Ser homossexual e amar poesia, dança, música ou crianças?
É um cliché pensar que todos os homossexuais são sensíveis, gostam de música e crianças?
Não há homossexuais violentos? Não há canalhas?
Serão todos os homens estereotipados assim porque querem? Ou porque reprimem sentimentos?
E o que são as mulheres? Como é que os homens as vêem?

Anita Bryant, com os seus ramos de laranjeira, apresenta-vos todas essas questões. E cada pessoa que a vê na televisão tem de olhar para dentro de si e questionar.
E o mesmo aplica-se ao Reverendo Jones – e a qualquer fanático. O fanático

fala em termos exagerados, mas transmite crenças que todos vocês têm, até certo ponto. E então... até onde vão essas crenças? Onde traçam a linha?

Por isso, mesmo o fanático tem o seu papel. Podem odiá-lo, ridicularizá-lo – e podem dizer que é um fanático, o que de facto é. Mas assustam-se porque sabem que, no fundo, algumas dessas crenças existem em vocês – ainda que em grau menor.

E ninguém, nem mesmo um fanático, lidera massas de pessoas. As pessoas seguem porque querem. Ninguém as leva. E se acham que são líderes, estão a interpretar mal – porque são os outros que vos conduzem para onde *eles* querem ir. Só que vocês é que assumem a responsabilidade.

Vocês criam a vossa própria realidade.

Tudo isto é, como vêem, muito mais complexo do que parece – à centésima, ducentésima ou milésima vista.

VZ, que anteriormente tinha dito que não usava sumos de citrinos da Flórida, comentava as observações do Seth sobre Anita Bryant à Jane.

SETH – Pois eu também não beberia o raio do sumo de laranja dela!!!
VZ – Muito bem!

Quando os comentários anteriores do Seth estavam a ser recontados à Jane, alguém comentou que ele dissera para olhar para os acontecimentos da Guiana à milésima vista.
SETH – Estás enganado. Eu estava a falar sobre as nossas sessões.

Charlene – Seth, ainda estás connosco? Porque esperei muito tempo para dizer isto.
SETH – Estou sim.
Charlene – Preciso de te dizer o quanto te amo, e agradecer por tudo o que fizeste por todos nós.
SETH – Agora, eu amo-te – e a todos vocês – e sei que vocês me amam. E espero que esse amor, de alguma forma, seja capaz, ainda que à distância, de conter algum, algum, algum, algum sentimento gentil por pessoas como a Anita Bryant. E, digamos, por rosas que estão doentes.
Lembrem-se – e não espero que nenhum de vocês o mantenha como uma regra prática no dia a dia – mas lembrem-se: é porque esperam tanto das

pessoas que Anita Bryant e os fanáticos vos parecem falhar tão gravemente. É por isso que ficam tão zangados com eles. O vosso amor pela humanidade mantém-se. E vocês zangam-se quando os outros não correspondem às vossas expectativas sobre as suas capacidades. Querem que sejam melhores – tal como querem que vocês próprios sejam "melhores" (entre aspas).
Não odeiam ninguém que não sejam capazes de amar. Lembrem-se disso.
Não espero que sejam santos – porque se fossem, não estariam aqui. E se eu fosse um santo, também não estaria aqui.
Mas, na vasta gama das vossas emoções, deixem espaço para amores muito distantes – tão distantes e tão estranhos que nem os reconhecem. E reservem também espaço para os sentimentos de perda, amargura e raiva que estão por trás das palavras de Anita Bryant – e para os sentimentos de desvalorização que alimentam essas palavras e sentimentos.
É como se ela fosse um prado sobre o qual não caiu chuva nenhuma. Então, naturalmente, tornar-se-ia amarga e choraria.

Rick Stack – Seth, isto é mudar um pouco de assunto, mas tenho estado muito interessado nos teus comentários sobre os cientistas da arte do sonho e os físicos mentais – como sendo possíveis carreiras nas quais tenho pensado.
SETH – Boa sorte!!!
Rick Stack – Tens mais alguma sugestão? Tenho ponderado isto há algum tempo.
SETH – (para Rick) Como não há universidades físicas para isso, e já que mencionei essas ideias com os meus próprios propósitos em mente, então cabe aos interessados encontrar o seu próprio caminho. A imaginação e a vontade é que devem guiá-los a descobrir os seus próprios métodos. Mas aqueles que exploram os recantos do universo acabam quase sempre por encontrar cantos secretos onde podem brincar e trabalhar à vontade.

VZ – Posso só dizer uma coisa antes de terminares?
JANE ROBERTS – Espera, VZ. Eu já volto, está bem?
(Seth regressa.)

VZ (pianista de concerto) – Só queria dizer que, enquanto falávamos sobre qualidade há pouco… desde que comecei a estudar os livros, a qualidade aumentou claramente na minha vida – e quero agradecer-te por isso.
SETH – Agradece-te a ti próprio – porque a qualidade sempre esteve aí. Tu é que não reconhecias o que era. E ela vai crescer. E experimenta compor algo

por ti próprio. Usa a tua sensibilidade única para o fazer. Não te massacres com isso. Pensa nisso como um jogo alegre.

Os comentários do Seth foram contados à Jane.
SETH – Esqueceram-se da parte sobre tentar amar a Anita Bryant, significativamente.
Rick Stack – Estávamos mesmo a ponto de dizer isso.
VZ – Estava na ponta da língua.
SETH – Só um amorzinho muito, muito, muito distante.

Rich K. – Sue, o que é grandeza?
SETH – A Sue é grandeza. O Dickie é grandeza. O Joseph é grandeza. O Ricky é grandeza. A Roni é grandeza. Vocês todos são grandeza. Saber que são grandeza é qualidade. Então as vossas expressões são expressões verdadeiras de qualidade – e não estão manchadas. Sejam elas quais forem, não estão manchadas. Reconhecem qualidade. Instintivamente. Mesmo que não saibam defini-la. Ela inspira-vos. Afasta-vos do que não tem qualidade – mesmo que não saibam explicar porquê.

Os vossos sonhos são qualidade. Os vossos sonhos são qualidade.
Ninguém precisa de vos ensinar a sonhar. Vocês sonham instintivamente, automaticamente e lindamente. Cada sonho vosso é um sonho belo. E cada sonho é um sonho de qualidade. Cada respiração que dão é uma respiração de qualidade. Só precisam de perceber que cada fôlego vosso chega até aos confins do universo – e ajuda a sustentar o vosso mundo.

Estão sós – e não estão sós. Agora, essa afirmação é muito mais importante do que parece. Porque na vossa solidão, e na vossa união, e entre as duas coisas, está o significado da vossa humanidade. E está aí o significado da vossa vida – e da vossa morte. Nunca podem estar completamente juntos. Nunca podem estar completamente sós. Mas a vossa existência está sempre a oscilar entre os dois. Entre o desejo e o ideal. Entre o sonho e a sua realização. Entre o amor e a sua expressão. É aí que reside a vossa realidade e o vosso significado – e aí se encontra a validade da vossa alma.

(Seth retira-se.)

Jeff – Ele estava a falar sobre grandeza… e sobre qualidade – e como todos temos qualidade em tudo o que fazemos, em tudo o que sonhamos…
SETH – Ora bem. Se realmente acreditassem no que eu disse há pouco, então apostariam em vocês próprios. Confiariam verdadeiramente em vocês. Saberiam que são uma parte íntima do tecido do universo.
Confiariam nas vossas capacidades – e apostariam em vocês mesmos.
Sem reprimir nada, experienciariam a vossa realidade sem obstáculos.

Têm ainda um caminho a percorrer. Mas têm apoio. Têm apoio biológico – porque os vossos átomos e moléculas não são tolos. Podiam aprender com eles. As pupilas dos vossos olhos veem muito mais do que vocês veem visualmente. E, ao ouvirem esta sessão, pensem nesta frase.

Como o Ruburt disse antes, não vos estou a dizer que podem ter um céu na Terra. Até porque, por um lado, tal coisa como o céu não existe – e, por outro, se existisse, aborrecer-vos-ia. Precisam de desafio. Qualquer flor usa isso.

E não estou a falar de problemas – desafio não é o mesmo que problema. Estou a falar de iniciativa, desejo e realização. A necessidade de usar as vossas capacidades. Elas precisam de ser usadas como um caule precisa de crescer. É disso que falo.

Agora, esta noite, todos vocês: digam a vocês mesmos que terão um sonho verdadeiro vindo dos Portões de Marfim. E sim, estamos a construir uma Cidade. Uma Cidade. Altamente impraticável, parece, por agora. Uma Cidade que existe, de facto, mentalmente. Mas tudo tem de existir mentalmente primeiro – ou nunca se materializa. E um dia, essa Cidade poderá existir fisicamente. Mas não será enquanto estiverem aqui. No entanto, as vossas memórias estarão nela. E os vossos desejos também. E, nesse sentido, serão fundadores.

E forjam esses sonhos enquanto dormem, nas vossas imaginações privadas, e nas vossas inspirações. Porque quando um membro da espécie sonha tais sonhos, esses sonhos são transmitidos a todos os outros membros.
Eles não morrem.

Quando um atleta olímpico corre mais rápido do que o anterior, todos os comentadores dizem:

"Fantástico! Não sabíamos que o ser humano podia correr tão depressa!"
E então os recordes vão sendo batidos constantemente.

E mentalmente, o mesmo acontece. Sonhem grandes sonhos. Porque quando um membro da espécie sonha, todos os membros, até certo ponto, participam. E a psique, a alma e o coração do homem dão novos saltos – saltos nunca antes dados.

Por isso, confiem em vocês mesmos. Confiem no vosso amor – e nos vossos sonhos.

(Para Rick Stack) – E diz aos teus alunos que eu disse: R-A-Y!!!!
O que quer dizer: viva! VIVA!!!

Rick Stack – Será feito, Seth.

Jane Roberts – … para *Emir* (o livro infantil da Jane que acabou por ser publicado)… pedi um sonho de reencarnação, e a única coisa que eu própria alguma vez tive – quer dizer, o Seth disse algumas coisas e eu aceitei – mas a única coisa que realmente *eu* tive foi um sonho turco que tive há anos, comigo e com o Rob. Depois, no ano passado, pedi novamente um sonho de reencarnação e tive este sonho – acho que vos contei, já nem me lembro – em que eu era um rapazinho na Turquia. O meu pai, que era o rei ou lá o que fosse, em vez de me mandar para a escola, mandava-me numa viagem de barco à volta do mundo. E no sonho eu não gostava do frio, nem de me molhar, nem nada disso – e não queria ir. Então, no sonho, disse que iria, mas era lá para o início do mundo, quando os barcos ainda não tinham tejadilho nem nada.

Nessa noite, no sonho, fiquei de pé no barco e gritei ao universo, ao céu, que só iria se me prometessem que não iria chover, porque eu queria estar confortável. E gritei, gritei e exigi, até que o universo disse "está bem, não vai chover".

Então fui nessa viagem – e isto tudo foi num sonho.
E no sonho, lá fui de barco, à volta do mundo. Ao início estava tudo maravilhoso. Depois comecei a perceber que havia cada vez menos água debaixo do barco. Encontrei jacarés – que adorei – e conversei com eles todo o tempo. Mas com o tempo, os jacarés estavam tão cansados que deixaram de falar comigo. E finalmente já não havia água nenhuma debaixo do barco –

só uma poça. Depois veio um hipopótamo e bebeu o resto da água. Não sobrou nada. No sonho, estava em lágrimas. Estava a chorar com o que se estava a passar. O meu barco já não se mexia. Não podia ir a lado nenhum.
E então veio-me esta revelação incrível: "Quem parou a chuva?"
E percebi: *fui eu que parei a chuva*. E comecei a chorar como uma louca. Gritei ao universo: "Desculpa por eu ter parado a chuva."

E então, de repente, ouvi uma voz imensa a vir do universo. Não me lembro das palavras exatas, mas a ideia era que aquilo tinha sido um enorme abuso de poder. E que, se não queria molhar-me, devia ter inventado um guarda-chuva, ou um tejadilho. Mas *não* devia ter parado a chuva, nem interferido com a natureza. Acordei e escrevi o sonho.

E nesse mesmo dia estava a falar com a Tam (a editora), e mencionei: "Olha, isto dava um bom livro."
Então escrevi isso – e de imediato surgiu o resto do livro.
Para mim, a lição era que, em tempos, tive tanto medo de abusar do poder – ou já o tinha feito – que desta vez estava a fazer tudo para não voltar a abusar.
E essa foi a lição que eu tinha de aprender.
O primeiro capítulo do livro é esse sonho que escrevi. E o livro continua a partir daí.

Rich K. estava a discutir os comentários do Seth sobre a Cidade interior quando notou o regresso de Seth:
Rich K. – Seth, como interpretas isso...?
SETH – Eu nunca me interpreto a mim mesmo.
Estou morto, nos vossos termos. E quando essa Cidade for construída fisicamente, estarão tão mortos ou tão vivos quanto eu.

Rich K. – Mas estaremos a viver nessa Cidade?
SETH – Isso depende de vocês. Serão parte dela, quer vivam nela ou não. Ela fará parte da vossa geografia psicológica.

Anne Marie – Isso terá alguma ligação com o Terceiro Cristo?
SETH – Não.
A Cidade representa, nos vossos termos, uma versão idealizada de uma realidade que *pode* ser física. E que, com sorte, o será.
E se isso acontecer, será criada agora, nos vossos termos – através dos

vossos sonhos, do vosso amor, desejo e intenção.
E então parecerá ter sido "dada" aos seus habitantes, tal como vos parece que a Terra vos foi dada.
Porque, quando nascem, tudo já está aqui para vocês. É-vos dado.
Mas por quem?
E como chegou até vós?

Posso dizer-vos que a vossa Terra teve origem numa esfera de sonhos. Que é, em parte, uma criação mental de outros, na qual vocês participam.
E é exactamente isso que vos estou a dizer.
(em sussurro) Pensem nisso.

(Seth retira-se, seguido de discussão em grupo.)

SETH – Agora. Nada é desperdiçado. Nada é desperdiçado – e menos ainda a criatividade.
Portanto, os vossos pensamentos não são desperdiçados. Os vossos sonhos não são desperdiçados.
Nem os pensamentos e sonhos de outros, cujas realidades psicológicas sejam talvez muito diferentes das vossas.
A natureza é luxuosa. Usa tudo – com uma exibição grandiosa e desenfreada.

Ingrid – Seth, não será um pouco um desperdício se as pessoas têm abortos constantemente? Para mim parece um desperdício engravidar quando, logo à partida, se pensa em abortar. Parece um desperdício.
SETH – Pode ser uma estupidez. Não sei se é um desperdício.
Porque a consciência irá encarnar se quiser.
E se a consciência escolhe uma mãe que quer abortar, então essa consciência veio apenas para uma visita rápida. Para dar uma olhadela.
É como uma semente de macieira que voa para o quintal do lado – mas não chega a amadurecer.
Olha em volta, e tenta de novo.
Qualquer consciência que queira nascer, nasce. E escolhe uma mãe que queira levar uma criança até ao fim.

(Seth retira-se.)

Durante a conversa, Charlene falava sobre o quanto os seus alunos apreciam as gravações das sessões do Seth.

Charlene – O sotaque, ao início, é um bocadinho difícil de entender…
SETH – O meu sotaque não é difícil de entender. Todos vocês têm sotaques diferentes. Eu tenho um sotaque eterno. É sempre assim.

(Seth retira-se.)

Sue estava preocupada com a reacção das pessoas em Dundee ao seu livro.
SETH – Ora bem. Sue, se falas de vida e morte, se falas dos sonhos e aspirações dos homens, então algumas pessoas em Dundee vão compreender-te.
Não penses em termos literários.
Os termos literários podem afastar-te das pessoas.
Mas o que sabes por intuição só pode *ligar-te* a elas.
Só irás verbalizar sentimentos que elas também têm – mas que não compreendem.
Fala com simplicidade.
Tem consciência das tuas próprias dúvidas e hesitações – pois elas podem tocar as dos outros.

Eles não são criaturas de hábitos.
Não são opacos a estas ideias.
Não são tão ignorantes quanto pensas – em relação a *estas ideias*.
Agora, sim – sou um animal estranho para entrar num curral de qualquer agricultor. E "mujo" bem alto.
Mas, no fundo, não sou assim tão estranho para nenhum deles.
A estranheza é apenas superficial.
O Ruburt recebe cartas de todo o país – de pessoas de todos os estilos de vida: agricultores, taxistas, professores, gente de todas as profissões.
Por isso, não penses nas pessoas de Dundee como um grupo que não entende o que estás a fazer.
São todos indivíduos – com os seus próprios sonhos e níveis de compreensão.

Alguns vão ler o livro. Outros não.
Alguns vão compreender. Outros não.
E nas outras Dundees será o mesmo.
O importante é seres fiel aos teus próprios sentimentos – sejam eles quais forem.

Jeff estava a resumir as declarações anteriores do Seth.
SETH – Estás a fazer um bom trabalho.
Jeff – Obrigado.

SETH – Mais um ponto, no entanto. O Ruburt nunca perguntou: "Será que as pessoas em Elmira vão perceber o que estou a dizer?" Ele escreveu porque *tinha* de escrever o que escreveu. Agora, se tu (Sue) tiveres de escrever o que tens de escrever, escreve. Se não tiveres, então não o faças. Porque esse é o caminho que tens de seguir. Tens de seguir os teus sentimentos.
E se escreveres o que sentes, não pode importar-te o resto – porque a tua mensagem chegará a pessoas por todo o mundo.
Mas se não escreveres o que realmente sentes, a mensagem não tem qualquer significado.

Sue – Acho que estava preocupada com problemas imediatos à volta disso…
SETH – Fala com o Ruburt.

AULA DE PES 19 de Junho de 1973

Um estudante trouxe uma pintura que tinha feito para a aula. Era um rosto pintado sobre um painel de veludo vermelho. Um rosto muito intenso, com uma expressão que parecia mudar conforme se olhava para ele. A pintura foi passando pela sala e os membros da aula partilharam as suas impressões, bastante variadas. Enquanto a pintura era discutida, Seth interveio:

SETH – Fizeste muito bem. Muito bem mesmo.
O nosso amigo aqui conseguiu objetivar, para si mesmo, aquilo que entende por – aquilo que *acha que é* – o seu eu interior. E ele quer isso à sua frente, para ver o que ele anda a fazer. Ele quer *vê-lo*!

A pintura reflete, portanto, a parte de si que ele sente, e da qual está maravilhado, e também aterrorizado, e fascinado – e à qual está atraído. Representa o que ele entende como o eu interior primordial – cheio de sabedoria, mas também algo de que fugir em terror.

É a parte escondida do eu – o poder, a energia e a força do eu interior. Mas, por outro lado, ele não confia totalmente nessa parte, por isso quer vê-la bem fora de si. Se fizer perguntas, quer que a pintura lhe dê as respostas – bem às claras.

Cada um de vocês, à sua maneira, reconheceu e reagiu à energia psíquica e à criatividade presentes na pintura – porque está de facto carregada da grande energia e fascínio com que foi dotada. Mas cada um de vocês reagiu conforme as próprias crenças sobre o seu *próprio* eu interior.

(Para o estudante com a pintura) – Este foi um ato muito criativo – e uma bela terapia psicológica.
Porque foi o eu interior que temias desde o início – e por isso foi o eu interior que pintaste. Mas as características da pintura irão mudar ao longo dos anos – à medida que mudarem os teus sentimentos em relação ao teu eu interior.

A voz, claro, está ligada a isso, mas tens de perceber que tudo isto *és tu* – a porção mais ampla da tua própria criatividade, da qual fazes parte.
E quando perceberes isso, então deixarás de sentir que precisas de trazer a pintura contigo – porque perceberás que ela veio de ti, e não tu dela!

Agora deixo-vos regressar às vossas discussões animadas.
E, por vossa conta, de forma mais lenta, a maioria acabaria por chegar à mesma conclusão que vos dei. Mas sentiram a energia psíquica, a carga, a criatividade e a transformação que ali ocorreram.

A nossa amiga ali (uma estudante) captou isso, porque sentiu – nos vossos termos – *antes do tempo* – essa carga psíquica e realidade.

Mas não coloquem essas capacidades, como as que a pintura parece transmitir, fora de vocês – a não ser como método de clarificação.
Agora devolvo-vos a vocês mesmos – e que belos "vocês mesmos" são.

A discussão continuou sobre como a pintura representava, para cada um, as suas crenças sobre o eu interior. Seth regressou:

SETH – Eu represento aquilo que *vocês são*. Represento o que *cada um de vocês é*.
Vocês projetam-se em mim. Eu torno-me, para vocês, o vosso velho sábio. O eu interior que sabem que existe dentro de cada um.

Cada um de vocês tem, dentro de si, o seu velho sábio.
Cada um de vocês tem, dentro de si, a sua criança eterna.
Cada um de vocês tem janelas que se abrem para realidades próprias – mesmo aquelas que não conseguem traduzir nos vossos termos.

Sou um veículo – como o vento é um veículo.
Sou uma janela – como esta janela aqui é.
Sou feito daquilo que vocês são – e daquilo que *eu sou*.

E é verdade – como já vos disse – que as flores falam com uma voz eloquente, se ao menos escutassem.
E as flores também são o que vocês são – se soubessem disso.

Uma parte de um botão de rosa, há um mês, pode agora ser algo completamente diferente.
E as células que sopram agora através do vosso braço podem ter sido as bochechas de um chinês a acenar com um ramo ao vento.
Vocês falam por esse ramo, à medida que vivem o vosso dia.
E eu falo por vocês, à medida que vivo o meu – um dia bem diferente.

Mas cada um de vocês cresce em todas as direções.
Enviam sensores, e recebem comunicação e energia, à medida que emitem comunicação e energia.

E há mais na minha voz do que as palavras, como muitos de vocês já perceberam.
As palavras fazem sentido – e escutam-nas.
Mas dentro das palavras, onde a mente não encontra razão, há outras comunicações – e vocês também as aceitam, e aquiescem – porque são parte da vossa realidade maior.

E quando falo, desperto o grande velho sábio que existe em cada um de vocês – para que o ouçam – porque ele fala nos vossos sonhos, na forma que quiserem. Mas não se esqueçam da velha sábia – homem ou mulher – *a Sumari*!

Os vossos sonhos são o outro lado da vida desperta – e a vida desperta é o outro lado dos vossos sonhos. Lembrem-se disso – estejam acordados ou a sonhar. Se se lembrarem disso enquanto sonham, despertarão e estarão vivos. E se se lembrarem disso enquanto estão acordados, estarão a sonhar – e vivos. Agora, devolvo-vos a vós mesmos.

Bill começou a relatar o que Seth tinha dito, e Seth regressou:

SETH – Estão agora a sonhar que estão acordados.
No vosso sonho, eu falo convosco – no vosso *sonho de vigília*.
Quando sonham, sonham que sonham – e sonham que eu vos falo nos sonhos.

Estão acordados, quer acreditem que estão acordados ou a sonhar.
Estão a criar realidades – mesmo que finjam que estão a sonhar a realidade.

Os átomos e moléculas dentro de vocês sonham que são pessoas. E quão real é esse sonho para vocês! Que transe profundo é a vossa vida! E que transe profundo, nos vossos termos, é a vida de um sonho.

Quão real é um sonho? Então porque pensam que há qualquer diferença entre aquilo a que chamam sonho e aquilo a que chamam realidade? Assumem que um sonho é menos real. Mas é através do que chamam a vossa vida onírica que constroem a vossa vida física. É nos sonhos que fazem o trabalho que vos permite sobreviver fisicamente. É no estado de sonho que escolhem as realidades prováveis que depois tornarão físicas. Trabalham mais nos sonhos – mas de forma brincalhona!

Não direi mais. Quero que *sintam* o que disse. Onde estariam vocês, se não fosse o sonho dos átomos?

Uma estudante – Se isso é uma parte tão importante da nossa vida, porque é que não conseguimos lembrar-nos melhor dessa parte? Eu não me lembro de nada.
SETH – (Para a estudante) Agora, fizeste a pergunta de forma geral – mas não pode ser respondida assim. Por isso, a resposta que daremos à Nossa Senhora de Veneza será pessoal.
Mas todos vocês devem aplicar isto às vossas próprias vidas e crenças.

(Para a estudante) – Ainda tens medo do teu eu interior.
Ainda não confias nos teus sonhos – e tens medo deles.
Não queres lembrar-te deles.
Quando dás a ti própria a sugestão de que vais lembrar-te dos sonhos, muitas vezes não é com convicção – como agora.
Tens medo do que possas encontrar.
E ainda tens medo de um sonho em particular – e tu sabes de qual estou a falar.

Podes mudar o final desse sonho ao perceberes a natureza da realidade – que és tu quem a forma.
Enquanto tiveres medo da realidade dos sonhos, também terás medo daquilo a que chamas realidade "real".

O sonho mostra o teu dilema na vida física – de forma perfeita – mas tens medo de o resolver.
Ou até de o enfrentar – quer na realidade física, quer na dos sonhos.

Isto aplica-se a muitos de vocês.
Podem repetir durante séculos: "Vou lembrar-me dos meus sonhos" –
mas ao mesmo tempo pensam:
"Os sonhos são perigosos. São uma parte de mim que não quero conhecer."
E se é isso que realmente acreditam, não vão dar atenção às sugestões que fazem.

Têm de acreditar no poder, energia, força e glória do vosso ser – e saber que os problemas são desafios a serem resolvidos.
Eles estão ali para serem solucionados.
Então enfrentem-nos com alegria – e enfrentem-se a vocês mesmos.
Porque quando conhecerem o vosso eu por inteiro – acordados ou a dormir – ficarão satisfeitos, tal como nas antigas lendas Deus ficou satisfeito ao criar o mundo.

Só quando não se conhecem é que têm medo de si próprios – e receio de olhar para dentro.
Mas quando abrem essas portas, ficam maravilhados com a imensidão e a graça do vosso próprio ser.

Um estudante – O que existe para além das dimensões da consciência?

(risos na aula)

SETH – A gargalhada é a resposta!

Seth continuou, dirigindo-se a um estudante e à turma em geral:

SETH – Ora bem. Praticamente falando, há uma solução. E é esta: Parem de se encolher!
Não se encolham diante da crença de que o vosso eu interior é assustador –

ou de que são más pessoas – ou de que, mesmo sendo bons, escondem coisas más lá dentro.

Digam a vocês mesmos – e convençam-se:
"Como sou parte de Tudo O Que É, sou, à minha maneira, uma expressão única de Tudo O Que É."
E não há *nada* em Tudo O Que É que deva ser temido.
Nem há nada em vocês que deva ser temido.

Digam isso muitas vezes.
Pensem nisso. Sintam isso.
E isso passará para dentro de vocês.

Mas quanto mais disserem a vocês próprios que têm medo dos sonhos – ao mesmo tempo que dizem que querem lembrar-se deles – mais confusos ficam.
E mais uma vez, isto aplica-se a todos vocês.

Um estudante – Ah, Seth… eu tenho outro problema, acho eu. Porque quando tenho um sonho e acordo, parece-me tão óbvio, tão claro, que penso: "Não há razão para escrever isto, vou lembrar-me de certeza."
Depois volto a adormecer… e quando acordo percebo que não me lembro – e que devia ter escrito. E faço isso muitas vezes.

SETH – (Para o estudante) – Isso acontece com todos.
Esse é o problema – *e* a solução.
O problema é simplesmente que… se enganam a vocês próprios.

Um estudante – Continua.
SETH – Sabes muito bem – porque já aconteceu muitas vezes – que se não escreveres, vais esquecer. E uma parte de ti *quer* esquecer.
Um estudante – Costumo fazer um julgamento. Se o sonho é bom ou não, percebes…
SETH – (Para esse estudante) Esse é o teu problema.
Um estudante – Mas depois penso: se me esquecer, pelo menos... (palavras perdidas)
SETH – Não devias fazer julgamento nenhum.
Um estudante – É só escrever, sem pensar muito nisso?
SETH – Simplesmente escreve.

O Ruburt já disse isto muitas vezes – e aplica-se novamente a todos: o simples hábito de escrever os sonhos e recordá-los abre canais entre o que chamam de consciente e inconsciente.
Esse treino ensina-vos a mudar de um nível de realidade para outro – e a trazer de volta os "tesouros" em ambas as mãos.

Quer o sonho vos pareça importante ou não, estão a trazer minérios e minerais preciosos que podem usar.
Agora devolvo-vos a vós mesmos – porque quero que pensem novamente no que vos disse há instantes:
Se os átomos sonham – e sonham em conjunto o sonho que é vocês – então, quem *vocês* sonham? E que realidades formam?

Um estudante – Espera… Estás a dizer que, se os átomos sonham, e eles nos sonham… (palavras perdidas)… é isso que disseste?
SETH – Exactamente.

O sonho dos átomos é um sonho *gestáltico*, embora ainda individual.
E vocês também sonham individualmente – e, no entanto, encontram-se nos sonhos. Existem sonhos de massa.

Agora sou eu a fazer perguntas – mas, ao contrário de vocês, não exijo respostas imediatas! O que quero que me digam é isto:
Quão conscientes estão os vossos átomos das vossas vidas individuais?
E quão conscientes estão os produtos da vossa vida onírica da vossa realidade? E quão conscientes são eles de vocês, e vocês deles?

As estrelas sonham?

Esse é o vosso trabalho de casa. Todo esse conjunto de perguntas.
Procurem as respostas com o vosso intelecto, a vossa intuição – e coloquem essas perguntas a vocês mesmos antes de sonharem.

(O estudante com a pintura interrompe.)
SETH – Estás a ir bem, mas estás demasiado seguro de ti.

Esse estudante dirigiu uma pergunta ao Seth:
Estudante – Seth, há algo que me incomoda há muito, muito tempo. Aconteceu enquanto tocava tambor. Aconteceu algo, como se eu viajasse por um túnel. E nesse lugar não havia tempo nem espaço, mas havia uma

comunicação total à minha volta. Quando me aproximei do fim desse túnel, havia como que uma parede invisível. Era tudo muito belo, e eu queria atravessar – mas, por algum motivo, não consegui. E depois chamaram-me para jantar. Tinham passado cerca de três horas, e não me lembro de nada fisicamente. E desde então ando à procura de respostas – ou de desculpas, de um lado para o outro – para o que aconteceu.
SETH – Receberás a resposta de outra forma!

Seguiu-se uma Canção Sumari. Em certos momentos, alguns estudantes cantaram com a Jane.

Jane – (antes de começar a "falar" Sumari em vez de cantar) – Pronto. Calma. Só… está bem. É uma daquelas coisas. Se percebem, ótimo. Se não, não lutem com isso… não pensem que significa alguma coisa, ok? Se sentirem algo, ótimo. Mas não se prendam com isso. Só vão com o fluxo, está bem?

(Jane começa a falar em Sumari, depois interrompe-se.)
"Vai ser uma ponte disto para outra coisa, está bem?"
Depois continua a falar em Sumari.

Mais à frente, Jane anuncia outra canção Sumari:
Jane – "Algo como *Canção das Heranças Esplendorosas*."
Segue-se a canção Sumari, e alguns estudantes cantam com a Jane.

SETH – (para uma estudante que tinha feito uma operação ao nariz)
O teu nariz era tão perfeito como o teu dedo do pé.
Mas porque acreditavas que o teu nariz *não* era perfeito – e que não era "tu" – tiveste de mudá-lo na tua realidade.
Agora está tão perfeito como o teu dedo do pé – mas sempre foi.

Estudante – Gosto mais assim.
SETH – (regressando após comentários da turma) – Já tiveste muitos narizes.

Jane – As palavras dizem coisas… mas também tocam noutras… sabes? Coisas que não estão partidas em ti – e a grande magia da tua própria existência íntima.
Quando cheguei a casa depois de um dia mesmo difícil, e sabia que… tínhamos de arrumar a sala, fazer compras, preparar a aula, tínhamos mil coisas para fazer… (palavras perdidas)…
É como teres uma pedra de toque com Tudo O Que É.

Mas se disseres isso assim, não resulta. Tens de dizer: "Tenho uma pedra de toque com Tudo O Que É" – ou "sou parte de Tudo O Que É" – ou "tenho uma ligação íntima", ou "sou isso", ou o que for. Porque se o disseres de outra forma, já não estás a dizer *tu*.

Jane (sobre não se encolher perante as próprias crenças) – Fomos ensinados, desde pequenos, a acreditar… Ergue-te. E mais uma vez: não te encolhas. Diz: *Não me vou encolher perante crenças que sei perfeitamente que estão erradas* – que me fazem sentir inferior, mau, errado, ou terrível.

E enfrenta a energia que existe dentro de ti. Já vi uma mulher senil de 82 anos com uma vitalidade tremenda – e se ela tem, *vocês* também têm. Cada um de vocês tem.

Confiem. E tenham dignidade pela vida que é vossa. Não pode ser vivida por mais ninguém. Ninguém pode viver a vida da Florence por ela. Ninguém pode viver a vossa vida por vocês. Cada uma das vossas vidas é preciosa – como nenhuma outra. Respeitem a vida que flui através de vocês.

Nunca tentem fugir da vossa vida – ou querer a vida de outra pessoa. Nunca façam isso. Por isso, confiem na vossa vida. Sigam com ela.

Confiem que, mesmo as coisas que parecem problemas, são desafios que podem ser resolvidos. E não só podem ser resolvidos – mas a resposta está lá, tanto quanto o problema, se pararem de olhar apenas para o problema… (palavras perdidas)… E usem essa magia. E usem a magia das vossas crenças para se fortalecerem – e para fortalecerem… (palavras perdidas).

SETH – (em resposta a comentários da turma que não foram registados) O que eu digo é isto: Mas não acredito que vocês precisem de qualquer introdução.

Seth a falar com a Pat após ela ter falado sobre a vida no convento e o sentimento de ter tido de ir para lá:

Agora, fico contente por agora compreender o que esperas e, na nossa próxima aula, vais bater no peito — eu faço o meu melhor para agradar.

Desde cedo te foi incutida a ideia de que uma parte da tua personalidade era culpada e, por isso, sentiste alívio quando te disseram que havia métodos

através dos quais podias aliviar essa culpa. Aceitaste, por exemplo, as penitências e tudo o mais porque, sendo criança e tendo interiorizado a ideia de culpa, perguntavas-te que castigo te poderia acontecer. Ora, uma criança depende muito dos pais — para a criança, um pai ou uma mãe parecem um deus — e, por isso, sente culpa e medo de ser rejeitada, especialmente pela mãe. A criança sente então que poderá ser completamente abandonada. Se o sentimento de culpa for suficientemente forte, como infelizmente muitas vezes acontece (essa culpa ilusória), o jovem adulto fará quase tudo para se ver livre dela. Ele não percebe que, na verdade, o que sente é o medo infantil e inicial do abandono pelos pais. Como isto não está presente na mente consciente, qualquer outra explicação é aceite com alívio.

Quando sentiste que já tinhas feito penitência suficiente, não sabias como lidar com a parte de ti que julgavas ter deixado para trás. Estavas tão habituada a ver-te como culpada que, ao surgir essa nova perceção, não sabias o que fazer com ela — eras como uma criança com um brinquedo novo, e perguntavas-te: será que é mesmo tão bom como parece? Onde estará a imperfeição escondida?

E assim tens andado à procura dessa imperfeição escondida. No fundo da tua mente, também te questionas se realmente já fizeste penitência suficiente. E por isso preocupas-te e remoeste. No entanto, estás a fazer progressos. Estás a olhar para dentro de ti e a aceitar a responsabilidade por ti própria e pelo teu próprio desenvolvimento.

Há uma resposta muito confortável que, por vezes, é bastante conveniente — e que te livra de toda a responsabilidade. Demora algum tempo até entenderes quem és e o que és, e, durante esse processo, é muitas vezes difícil ter outra pessoa a dizer-te: "tu és isto e por isso podes fazer isto, isto e isto, e isto é bom e aquilo é mau" — tal como tu dizes aos teus filhos. E assim, não tens de te fazer perguntas nem de explorar a natureza do bem e do mal, porque aceitas o que te foi dito. Quando estás nesse estado, não evoluis. Por vezes estás em segurança, mas não evoluis — e muitas vezes nem sequer estás em segurança.

Cada um de vós nesta sala é um indivíduo completo e separado. Todos participaram na criação da realidade como ela é conhecida. Têm um impacto nas pessoas que conhecem e amam, muito para além do que normalmente se supõe. Como tantas vezes digo, não existem limitações, nem sequer para o

"eu" que conhecem, a não ser aquelas que vocês próprios impõem. Por isso, estão destinados a usar as vossas capacidades e a desenvolvê-las. E quando falo de capacidades, não me refiro apenas às capacidades psíquicas. A vossa espontaneidade é a vossa vida. Cabe-vos a vós expandir a vossa própria consciência para que me possam compreender. A culpa não vos ajuda — é apenas um obstáculo. Inibe. Não encoraja.

Para o Eric: Agora, não quis ignorar-te e dou-te as boas-vindas mais calorosas. Eu era um jovem e o meu cabelo era mais comprido que o teu — mas usava rendas à volta do meu. Noutras alturas, o meu estilo era algo diferente, mas quando usava o cabelo mais ao estilo do teu, então usava roupas mais desportivas a condizer.

Se há algo que procuro fazer nestas sessões — e faço-o através da minha personalidade tal como a apresento — é mostrar-vos que a espontaneidade é importante, que a morte não é o fim como supõem, que não há monstros à espera para vos apanhar quando morrem, e que estarão muito ocupados depois de terminarem esta existência, tal como eu ainda estou ocupado. Terão muito para fazer. Têm muito para fazer agora, mas conscientemente não estão cientes do que fazem. Pouco a pouco, terão de aprender a aceitar porções cada vez maiores da vossa própria realidade — nesta vida e em vidas futuras. Nos vossos termos, quanto mais depressa aprenderem, melhor — apesar do facto de o tempo não existir.

Al comentou: "É realmente importante que questionemos toda a nossa existência."

É mesmo. E é importante que vivam, que se abram à experiência — experiências que, talvez, tenham considerado impossíveis no passado. Pois não há barreiras, apenas aquelas que impõem a vós próprios. Quando perceberem — profundamente — que outras realidades existem, então poderão começar a perceber o vosso papel nelas. Enquanto não o fizerem, racionalizarão até os maiores indícios dessas realidades. "Entra no meu salão", disse a aranha à mosca.

Agora, podem todos fazer uma pausa.

Não se esqueçam: quando vos falo, não estou a falar simbolicamente. Estas não são belas filosofias para serem ouvidas e ignoradas, nem palavras bonitas

para serem apreciadas e depois esquecidas. Vocês formam literalmente a vossa própria realidade — e não há simbolismo nesta afirmação. Se não gostam da realidade que estão a formar, podem mudá-la — e a honestidade é extremamente importante nisso...

Para Bee: Quando estou a olhar para alguém em particular, tu sabes que estou a olhar para ti e sabes a que me estou a referir. Primeiro, tens de reconhecer honestamente que há certos aspectos da tua realidade de que não gostas. Só então poderás mudá-la — e deverás fazê-lo para aprenderes mais sobre ti própria. Ao aprenderes quem és, descobrirás o que é a realidade e também qual é a natureza daquilo a que quiseres chamar... seja qual for o nome que escolhas dar-lhe.

Para Pat: Deves honrar-te a ti própria e fazer justiça a ti mesma. Até conseguires honrar-te e amar-te, não conseguirás honrar nem amar mais nada ou ninguém. E, enquanto continuares a ver-te como culpada, verás culpa em todas as outras pessoas que olhares, e verás o mal na própria natureza da realidade. As respostas, percebes, estão dentro de ti. Só quando não te dás conta de que estão aí é que enfrentas tantas dificuldades. Basta deixares ir. Imagina que o teu medo é uma bola e atira-a pela janela. Não precisas dele.

Estás tão convencida de que és culpada, e tão convencida de que o teu ego é a parte mais importante de ti, quando na verdade ele é apenas a parte em que te focaste enquanto criança. Uma vez que percebas a tua liberdade fundamental, poderás usá-la. O tempo psicológico serve apenas para te permitir deixar ir, para relaxares. Agora, para saíres do corpo, tens primeiro de sair da mente. Tens de libertar-te dos teus conceitos e experimentar a tua própria realidade — sem palavras nem símbolos. Tens de aprender a ver para além dos cenários. Podes continuar a usá-los, mas saberás que há mais além.

Agora, o teu amigo instruído aqui ao lado sabe perfeitamente — melhor do que qualquer um de vós — que a mesa é feita de átomos e moléculas, mas isso não o impede de usá-la muito bem como apoio. E assim, também tu podes continuar a usar os teus apoios familiares, mas deves perceber que são apenas isso — apoios.

Para Bea: Não precisas de manter um controlo tão apertado sobre ti mesma. Não vais fazer nada terrível se te permitires alguma liberdade. Quando te

deixas ir, não te perdes — encontras-te. Esta é talvez a lição mais difícil, mas é uma que precisas mesmo de aprender.

Eu já tive muitas versões de mim mesmo e deixei-as todas ir — e tu também, só que ainda não percebeste. És livre, quer tenhas ou não consciência disso. Por isso, mais vale aproveitares essa liberdade e usá-la em vez de a negares.

Em resposta a uma pergunta do Eric: No estado de sonho desfrutas de uma liberdade muito maior do que no estado de vigília, e se conseguires agarrar essa sensação, podes usá-la. Usas muitas das tuas capacidades naturais e inatas quando o teu ego acredita que estás consciente.

E se, no estado de sonho, consegues perceber o futuro com relativa facilidade, porque é que achas tão assustador fazê-lo quando estás acordado? Será porque alguém te poderá dizer "isso não é real"? Porque a ideia de realidade dessa pessoa é limitada? Porque hás-de limitar a tua? Só porque outro homem é cego, não fechas os olhos só para concordares com ele — mas é isso que estás a fazer quando limitas a tua própria ideia de realidade.

Ora, cá estamos outra vez com essas caras compridas e sisudas. Parece que devo estar a dizer algo terrível para vos deixar tão tensos, pois pareces tão sério. Mas se eu não estou sério — e supostamente estou morto — então porque é que vocês têm essas caras tão pesadas? Isso leva-me a pensar que estar vivo deve ser, de facto, um estado terrível.

A Pat contou a sua experiência com o transe do espelho.

Estás a ter alguma distorção apenas por causa do foco; no entanto, também estás a aproximar-te de uma imagem interior de ti mesma numa vida passada — embora esteja muito distorcida. Se quiseres ver essa imagem, então continua. É um rosto que já foi teu em determinado momento.

Pat pergunta: "Vale o esforço?"

Isso, receio, terás de responder por ti própria. Eu, por mim, responderia que sim. Há coisas melhores para as quais podes usar esse estado. Não há razão para ter medo. O teu rosto pode não ter sido bonito, mas era o teu.

Agora, deixo-vos fazer uma pausa — e espero que não partam o espelho.

Esta é a vossa pausa. Como já disse muitas vezes nas aulas: a espontaneidade conhece a sua própria disciplina. O corpo respira lindamente de forma altamente disciplinada, sem saber nada sobre a tua ideia de disciplina. De facto, as estações do ano vêm e vão — no teu local, geralmente não neva em julho. As flores aparecem e desaparecem, tudo tem o seu tempo — e, no entanto, não há disciplina imposta de fora.

A espontaneidade tem a sua própria disciplina e o seu próprio conhecimento, e quando tentas controlá-la com mão pesada, surge a rigidez e destróis a fonte do conhecimento interior, da intuição e da compreensão — e distorces as emoções que tens.

Eric pergunta: "A consciência está a sobrepor-se à nossa superconsciência natural?"

De facto está. Mas o que não compreendes é que o teu chamado subconsciente é altamente consciente — simplesmente não tens consciência dele de forma consciente. Por isso, tens de expandir a consciência que conheces, para que esta se torne consciente dessa outra parte da tua identidade. Na verdade, não tens um estado consciente e um estado inconsciente — tens consciência, e por vezes estás consciente de certas partes dela, outras vezes de outras. Disseram-te que não podes saber o que te acontece quando o teu corpo dorme — mas podes, sim. Essa parte de ti também é consciente. Há uma divisão artificial criada. Agora deixo-vos regressar à vossa pausa.

Vou encerrar a nossa sessão — longe de mim impedir-vos de dormir. Contudo, gostaria de ver-vos a trabalhar um pouco enquanto dormem. Eu trabalho enquanto "durmo"... porque não haveriam vocês de o fazer? E digo isto com humor, pois para vosso conhecimento, nós não dormimos nos vossos termos. Descansamos quando queremos, mas não dormimos — não estamos enfiados debaixo de cobertores durante oito horas seguidas. Somos demasiado curiosos.

Gostaria sinceramente de ver alguma ação da vossa parte. E darei instruções no estado de sono quando estiverem prontos para as receber. Têm um convite permanente — e prometo que não será uma semana solene.

Eric pergunta: "Enquanto dormimos, tu vais instruir-nos?"

Sim, sem dúvida. Mas tens de dar alguns passos por ti próprio. Agora, despeço-me com um caloroso "boa noite" e desejo-vos uma noite emocionante.

Boa noite.

AULA DE PES 15 de Junho de 1971

Após uma discussão sobre reencarnação:

Agora, despeço-me com um "boa noite". Mas tenho apenas mais alguns comentários a fazer. Todos vós, incluindo os visitantes, todos os que vêm até aqui, vêm por uma razão — assim como tudo o que acontece convosco ocorre num contexto com sentido. Há uma razão para terem nascido neste lugar e neste tempo tal como o conhecem. E, assumindo isso, também há uma razão para estarem agora nesta sala, tal como a conhecem.

Existem ligações entre vocês — que poderíeis chamar de ligações passadas — mas que também se estendem para o futuro, tal como o concebem. Todos vocês já se encontraram antes — como amigos íntimos, familiares, conhecidos ou simplesmente como estranhos que se cruzaram numa rua, noutra época e noutro lugar. E por isso não há nada de estranho em estarem aqui. Simplesmente reconhecem-se uns aos outros — e voltam a juntar-se como velhos amigos que têm o hábito de se reencontrar. E mantêm dentro de vós essas memórias enterradas, fazendo de conta que nunca se conheceram e que o encontro é novo.

Para o Tom: E tu não te permites lembrar que a Dama de Veneza foi uma figura autoritária que seguiste na China, durante a Dinastia Ch'ing — ou que a ressentiste profundamente. Todo o raciocínio intricado que aprendeste nessa época está agora escondido dentro de ti.

Para a Florence: E essas ligações que conheces muito bem, tu negas.

Agora, esses assuntos estão mais acessíveis quando estás em estado alfa — mas sugiro que comeces a usar o Alfa II, onde as resistências que costumas erguer em Alfa I poderão ser, em certa medida, ignoradas no que toca a informações sobre reencarnação.

Para a Sue: Contar-te-ei toda a história, mas noutra altura — caso ainda não a tenhas descoberto por ti própria.

O que todos vocês fazem quando eu falo é reconhecer, na minha própria vitalidade, a vossa. Porque, como vos tenho dito muitas vezes, quando falo, falo por vós. E podem sentir, como um eco dentro das minhas palavras, a energia do vosso Eu interior — a vossa verdadeira identidade.

E, se o permitirem, esta voz também pode servir para ecoar outras vozes que já foram vossas, noutras épocas e lugares, como o Rubert disse antes. E pode também servir para vos familiarizar com a libertação fácil de energia que vos pertence, e com a alegria espontânea de a expressar. Então, porque se limitam?

A liberdade é vossa, agora — tão acessível para vocês como para mim. E mais fácil de usar, pois estão mais familiarizados com o vosso próprio corpo do que eu estou com o de Rubert. Vocês dirigem essa energia para fora inconscientemente, nas vossas tarefas diárias, de forma tão fácil e automática que o milagre disso passa-vos despercebido. E, no entanto, se escutarem, podem ouvir essa libertação fácil de energia enquanto o sangue circula pelas vossas veias — dirigido para os propósitos em que acreditam.

Para o Mike: Ora bem, o nosso amigo aqui está a esforçar-se demasiado e de forma demasiado consciente. Imagina um riacho ou uma brisa e deixa-te ir com ela. Tens na mente a ideia de que existe uma barreira ou um muro que tens de ultrapassar antes de conseguires sair do corpo — mas isso não é verdade. Permite que a tua energia flua livremente, mas a partir de ti, e fluirás com ela.

Para a Sue: O teu amigo foi um líder ciumento. Um bom líder, mas ainda assim ciumento.

Eric pergunta: "O problema do Mike é tentar projetar-se? Eu também tenho dificuldades em projetar-me — pelo menos que eu saiba — e também penso num muro que não consigo atravessar."

Tens medo — e ele também tem, inconscientemente — de cair pelas margens do universo conhecido. Têm receio de que a mente consciente funcione fora do corpo e de que apenas o caos vos aguarde. Mas não é assim. Há aqui uma diferença entre o que dizem a vós próprios conscientemente, e

o que receiam e acreditam inconscientemente. Se te imaginares como parte da energia, como parte de Tudo O Que É, como uma identidade que forma e cria o teu corpo, então saberás que o crias com cada respiração que dás, com cada pensamento e desejo. E podes deixá-lo tão livremente como um vagabundo que encontra paz, alegria e contentamento em qualquer canto do universo — e poderás reformar o teu corpo com alegria e exaltação, sem medo de que ele se desintegre ou desapareça na tua ausência.

Eric: "Costumo prender-me com a respiração. Assim que sinto que talvez consiga esquecer o corpo, paro de respirar e começo a preocupar-me."

Estás a concentrar-te demasiado nos métodos. Pensa no teu propósito e os métodos cuidar-se-ão por si.

Tom comenta: "Acho que no início a Jane e o Rob estavam um pouco ambivalentes quanto a verificar a história do Frank Withers. E nós nem sequer tentámos confirmar o que o Bill disse da primeira vez — que, nos anos 40, tinha sido advogado, estudado em Northwestern, praticado advocacia no Loop... A Hazel passou por Chicago na semana passada e conseguiu o endereço da Ordem dos Advogados e de outras pessoas. Finalmente vamos verificar, mas pergunto-me se tu podes dar-nos alguma informação sobre como devemos proceder ou se as informações iniciais eram corretas ou se há algo em especial que devamos investigar."

O vosso problema é o seguinte: no início, não importa se a informação é confirmada ou não, porque estavam envolvidos na abertura de novos canais. Exigir, portanto, que toda a informação seja perfeita ou que o vosso material não tem valor se não for verificado — é uma armadilha na qual espero que não caiam. Estão a seguir-me? Por isso, verifiquem o material, pois não ficarão satisfeitos até o fazerem. E depois, apliquem o que vos disse. À medida que continuarem, a vossa informação tornar-se-á cada vez mais verificável na realidade física à qual atribuem valor. E se estiverem interessados nessa área, então sim, ela terá de corresponder, em certa medida, à realidade que conhecem — se assim o pedirem. Se exigirem isso como parte da validade do que estão a receber, então terão essa resposta. Mas não tenham pressa — permitam-se liberdade e tempo. Percebem?

Tom: "Sim. Perguntava-me apenas se tinhas mais alguma informação que devêssemos investigar à medida que avançamos. Não é que, se não for confirmado, vamos dizer: 'Bem, Bill, és um embuste… vai-te embora…'"

Estão a formar a ponte psicológica. Usem-na e deixem-na crescer. As fundações começam num lugar e terminam noutro. Torna-se mais forte com o tempo e pode ser usada para várias coisas ao longo do percurso. Não exijam que suporte demasiado peso antes de estar pronta. Dêem-lhe tempo. Deixem-na crescer. O Bill tornar-se-á cada vez mais o Bill, menos o Seth — e, mais tarde, menos o Bill e mais alguém completamente diferente.

Estão numa viagem. E a viagem cria o seu próprio destino. Agora têm uma estrutura mais sólida do que antes e já ultrapassaram com sucesso várias armadilhas onde poderiam ter caído.

Durante a pausa, houve uma discussão sobre o método de Grace Rittenberger de fazer leituras de vida — especialmente sobre a carta com perguntas padronizadas.

E para o resto de vocês, um quadro mais formal do que o que costumo usar até vos faria bem. Não o aceitariam, mas faria-vos bem.

Para a Mary: Peço desculpa pela interrupção. Eu não gostaria — mas para eles seria uma boa ideia. Ajudá-los-ia a disciplinarem-se, em termos de temperamento. Eu nunca fui adepto de tal estrutura, mas terei de pensar numa. É um bom desafio. Quero mostrar-vos que, depois da morte, continuam a ter personalidade — caso alguém ainda se perguntasse.

Para a Florence: Especialmente para a nossa Senhora de Veneza ali no canto. Este intelecto vai continuar a incomodar-te. Quero que saibas disso. Resolve agora as tuas contas com ele e leva-o contigo nas tuas jornadas. És tu que manténs o teu intelecto trancado numa sala fechada enquanto a tua intuição quer dar-lhe mais liberdade. As divisões não existem — são milagres.

Para a Mary: E agora, sim, peço desculpa, pessoalmente.

Jane levou a turma a entrar em estado Alfa para que experimentassem as suas próprias impressões.

Agora, foi-vos dado um pequeno vislumbre da forma como funcionam as vossas memórias internas. Reagem aos outros não apenas pela posição que ocupam ou pela relação que têm convosco neste lugar e neste tempo, mas também por causa de memórias do passado e, nos vossos termos, por memórias do futuro. Pois o que fazem hoje afeta não só o futuro, mas também o passado — e as palavras que dizem agora afetam o passado tal como o concebem, porque o tempo tem pontas soltas.

Se pensarem no tempo como uma linha, não quero apenas dizer que essa linha está aberta nas duas extremidades. O tempo não pode ser considerado uma única linha: ele expande-se em todas as direções — nas direções que conseguem conceber e nas que não conseguem. Não compreendem a verdadeira natureza da criatividade e, por isso, também não compreendem a natureza do tempo.

Por isso, quando vos digo que o tempo tem pontas abertas, fico satisfeito, por agora, se entenderem que podem afetar tanto o passado como o futuro a partir da vossa perspetiva presente. Isto é, na verdade, algo muito simples — embora a ideia completa seja muito mais complexa.

O nosso amigo Tom reage à nossa Senhora de Veneza, tal como ela lhe aparece agora, neste tempo e neste lugar — mas também reage como a pessoa que foi, nos vossos termos. E a Senhora de Veneza reage também como a pessoa que foi, nos vossos termos. Em termos mais amplos, no entanto, vocês não são apenas as pessoas que foram, mas também as que serão. Assim, são afetados — ainda que apenas nos vossos termos — pelas vossas reencarnações futuras, tanto quanto pelas passadas.

Podem, portanto, neste presente, dizer algo que altere o passado. E, daqui a cinco mil anos, podem dirigir-se a si mesmos no presente e transmitir uma mensagem que só agora, neste momento, conseguirão compreender.

Podem abrir-se a esta realidade ou negá-la. Podem abrir-se a ela através dos sonhos — ou, se preferirem, através de devaneios — ou fecharem-se completamente. Podem usar o espelho para aceitar estas outras personalidades, procurá-las e reconhecê-las — ou fingir que não existem. Mas isso em nada nega a validade da vossa personalidade total.

Agora, se querem compreender a personalidade humana ou lidar com a psicologia do ser, têm primeiro de examinar o vosso próprio ser. E não o podem examinar como examinariam uma rocha. Têm de se tornar o vosso próprio veículo e viajar pelas realidades que residem dentro de vós, explorar as vossas reações mútuas — e aí encontrarão as respostas que vos escapam.

Sigam minuciosamente, mesmo em aula, as reações que têm uns aos outros — e elas conduzir-vos-ão a caminhos interiores. Não pensem: "Isto pode ser verdade, mas é fantasia." Sigam até ao fim e vejam o que descobrem — e só depois analisem. As respostas nunca estão fora de vós. Não estão no Bill. Não estão no Seth. As respostas estão dentro da Sue, da Eleanor, da Mary, da Bee, do Tom. Estão dentro de cada um de vocês.

Durante a pausa, discutiu-se este tema.

Para o Al: Podes viver a experiência e depois deixar que o intelecto compreenda o que o Eu interior aprendeu.

Al: "Se os nossos intelectos forem capazes disso…"

Eles são capazes de muito mais do que aquilo que lhes permites — se não os restringires com ideias sobre o que é possível e o que não é. Foi uma boa pergunta — e teve uma boa resposta. Não importa o que eu espero de ti, mas sim o que tu esperas de ti mesmo. E isso foi exatamente o que eu esperava de ti.

Antes de me despedir com um caloroso "boa noite", deixem-me dizer-vos que todos os que vêm regularmente a esta aula — se ainda não o descobriram por si mesmos — são as "ovelhas negras" do universo. Querem seguir o vosso próprio caminho. Não querem dogmas. Não se satisfazem com corações e flores. Não é um caminho fácil — e todos vocês o sabem.

Já passou o tempo de se deixarem deslumbrar por outras personalidades, incluindo a minha. Está na hora de se deslumbrar com a vossa própria personalidade. Está na hora de sentirem independência suficiente para se lançarem da vossa realidade subjetiva para outras — de emergirem, de largarem o aparato de todos os dogmas. Não para o substituir por um novo, mas para abraçarem uma nova liberdade. Não para trocar uma autoridade por outra, mas para se permitirem reconhecer que a única autoridade

verdadeira é Tudo O Que É — que reside dentro de vós e fala com a vossa própria voz.

Para a Mary: Ouve a tua própria voz, com orgulho e alegria. Não sintas que precisas de ir procurar noutros — reconhece a autoridade que habita em ti e, assim, desenvolverás e usarás as tuas próprias capacidades.

Para o Mike: E tu, aí desse lado, sê mais flexível nas tuas experiências. Tens a mesma determinação que ela (a Pat), mas precisas de mais fluidez — e isso virá facilmente, se o permitires.

Este é um grande momento para o nosso amigo Rubert, agora que a sua secretária e todo o seu material estão na outra sala. E como sempre faço — para mostrar não só aos convidados e aos estranhos aparentes, mas para vos gravar isto profundamente no conhecimento — deixem-me relembrar-vos: esta vitalidade é vossa. A vida, física ou não-física, é vitalidade plena. Não é, necessariamente, silenciosa. Não é, necessariamente, serena.

E embora a minha voz não soe com a tagarelice inocente das crianças, essa mesma vitalidade que as preenche também me preenche a mim — e a cada um de vós. Quando a ouvem aqui, sintam-na dentro de vós. Deixem-na emergir. A vida não é quieta. A vida não é serena.

Tudo O Que É não é um cavalheiro de cabelos longos com um rosto santo — e a alma em que cada um de vocês acredita não é uma nota distante e silenciosa, separada da vossa realidade. Ela é um pulso que bate dentro de vós — na pupila do vosso olho, no dedo grande do pé, no vosso cotovelo. Não é necessariamente adulta. Não é necessariamente digna. É a força que vos dá vida — e não a suprimam.

E assim, despeço-me com um caloroso "boa noite" — até ao nosso amigo chinês aqui presente — e as bênçãos que tenho para dar, dou-vos. E aquelas que não tenho, terão de as procurar por vós mesmos.

AULA DE PES 22 de Junho de 1971

Após uma discussão sobre as experiências da semana:

Agora, quero que comecem a habituar-se ao estado Alfa II, e por isso peço que tirem os olhos deste rosto encantador e fechem os vossos olhos.

Quero que percebam que a vossa perceção está limitada apenas porque vocês próprios decidiram limitá-la no passado. No entanto, os sentidos interiores são livres. A vossa perceção não está limitada — nem idealmente nem praticamente — desde que reconheçam isso. No estado Alfa I, estão habituados a dar apenas um pequeno passo além do que chamam de consciência. Agora quero que deem mais um passo. Quero que compreendam que são, de facto, altamente percetivos; que à vossa volta e em todas as direções, os sentidos interiores se estendem; que estão no meio de outras realidades que têm o hábito de bloquear — e que agora estão a aprender a aceitar. Estão a aprender a abrir as perceções, a abrir portas que estavam fechadas.

Por isso, quero que imaginem, na vossa mente, o estado Alfa II como uma porta que esteve fechada e que agora se abre. É uma porta próxima — um lugar por onde já passaram muitas vezes. Podem ver sinais e imagens diferentes na vossa mente ao abri-la, pois ela terá significados distintos para cada um de vós. Mas quero que se vejam a abrir essa porta e a atravessá-la.

Para além dessa porta existem realidades que sempre conheceram e pessoas com quem sempre estiveram ligados. Quero que abram livremente os olhos interiores e vejam os seus rostos. Abram o núcleo interior e oiçam as suas vozes. Quero que caminhem livremente e com alegria dentro dessas outras realidades que existem agora, tão certamente como esta sala existe.

Quero que, um por um, abram os sentidos interiores e os dirijam por esses caminhos. O corpo físico não vos vai impedir — na verdade, irá ajudar-vos, pois até mesmo na carne existem mecanismos ocultos que ajudam os sentidos interiores a funcionar, mesmo neste ambiente. E assim, um por um, os sentidos interiores podem começar a operar, de modo que o que veem se torne claro, e o que ouvem se torne vocal, nítido e forte. Quero que percebam que estão a vislumbrar uma realidade que existe agora — que, nos vossos termos, existiu no passado e, também nos vossos termos, existirá no

futuro — uma realidade que, no entanto, é simultânea e faz parte de vós, tanto quanto o vosso próprio batimento cardíaco.

Quero que aprendam a manipular nesse ambiente, a olhar em volta com liberdade. Quero que reconheçam o núcleo da identidade dentro de vocês que está familiarizado com este ambiente interior. Porque, a partir da vossa perspetiva, outras realidades também se abrem. Outras portas que também podem atravessar. Outros canais de conhecimento que estão à vossa disposição, bastando pedir. Agora, descansem aqui por um momento.

(pausa longa)

Agora quero que continuem a avançar e visualizem, se preferirem, outra porta — ou um caminho, uma avenida, uma ruela, uma rua, uma paisagem. Outra realidade que se abre ao lado desta. Uma realidade envolvida com probabilidades. E, ao vislumbrarem essa realidade, veem que ela é muito mais vasta e que se abre para ainda outras áreas, campos e salas.

A partir desse ponto de vista, podem sentir as outras probabilidades que se estendem a partir de vós como raios de luz — outras probabilidades que criaram e fizeram nascer em existência com alegria, espontaneidade e criatividade. Quero que sintam a sua realidade, a sua força e vitalidade — e compreendam que elas também reforçam a vossa própria vida e existência.

Agora, aqueles que conseguirem, sigam ainda mais longe. Vamos viajar para além destes campos de probabilidades, onde todos os tempos nascem, para outra dimensão onde o tempo não é fabricado e momentos de qualquer tipo não existem. Para um sistema imenso de começos — além de qualquer início que tenham alguma vez imaginado — em que todas as probabilidades existem, nos vossos termos, ainda por nascer… e, em termos mais amplos, já a acontecer e a entrar numa nova existência.

E vocês também têm uma realidade ali. E essa realidade, até certo ponto, alimenta a vossa existência atual e desce até ao sistema que conhecem, mesmo que normalmente não estejam conscientes disso. E isto está apenas nas margens, nos limites do único sistema em que vivem. Porque, para além disso, há ainda outros inícios tão estranhos, tão alienígenas, que não posso explicá-los — e, no entanto, estão ligados à vossa própria vida e manifestam-se até nas pequenas células do vosso corpo físico.

E agora vou pedir-vos que regressem lentamente através dessas dimensões, fazendo apenas uma breve pausa.

Quero tentar colocar a existência física numa nova perspetiva para vós...

Todos nasceram neste tempo e neste lugar.

Alguém aqui esta noite mencionou que parece que só aprendemos o que é a vida e quem somos — e então a vida termina. O tempo é breve. Outro estudante falou de um pai idoso. Aqueles que ainda têm pais vivos veem-nos envelhecer diariamente. O vosso desdém transforma-se em compaixão com os anos. E a vossa bravata transforma-se em compreensão. Mas, dentro dessa compreensão, há também bravura.

Estão a ensinar a vocês próprios o valor da consciência, da vitalidade, da força e da vida — ao fingirem que a morte é o fim. Ao fingirem que a vossa consciência não continuará. Que os vossos pais que morreram estão eternamente silenciosos. Ao fingirem que as vozes da infância nunca mais serão ouvidas. Ao acreditarem que quando derem o último suspiro aqui, a vossa consciência deixará de existir — estão, na verdade, a ensinar a vocês próprios o valor de existir.

E escolheram este contexto para o fazer. Escolheram deliberadamente a intimidade inescapável da tragédia, da carne, da dor — para vos ensinar a exultante natureza inescapável da vossa própria vitalidade, energia e canto. E essas lições servem-vos bem. E aquilo que aprendem irradia em todas as direções. E cada triunfo que alcançam não é apenas vosso — mas chega até às dimensões de que vos falei.

Agora, peço-vos que regressem com carinho à vossa imagem e ao conhecimento que têm dela — ao conhecimento íntimo da carne, do osso e da célula… ao conhecimento íntimo da Terra, da qual, por agora, brotam, e para a qual a semente parece retornar.

Pois escolheram um bom professor — a Terra que criaram. Por isso, confiem nela, abram os olhos e regressem a atenção para esta sala.

Durante o intervalo, houve uma discussão sobre a experiência de cada um em estado Alfa.

Ainda não terminei convosco. Vamos aprofundar mais tarde um nível emocional. Não vos vou deixar esquecer, compreendem? Mas, por esta noite, a experiência ainda não acabou.

Para o Bud: As respostas estão dentro de ti. Confia em ti próprio. Não andes a correr de professor em professor. Tudo o que os professores sabem — se forem autênticos — é como olhar para dentro. Olha para dentro da tua própria realidade. Encontra as tuas próprias liberdades, as tuas próprias verdades, o teu próprio caminho, as tuas próprias perguntas — e estas levar-te-ão às tuas próprias respostas.

Agora quero que façam várias coisas. Primeiro, ao ouvirem a minha voz, quero que se recordem da pura vitalidade física que agora faz parte do vosso ser. Esta vida física que não compreendem, mas que é agora o veículo para a expressão do vosso eu. Quero que tenham plena consciência dela — e percebam que o sangue corre nas vossas veias com tanta força como esta voz que vos fala. Depois, quero que nos concedam um breve momento, enquanto vos mostro, em certa medida, as vastas distâncias — nos vossos termos — onde a vossa realidade encontra sentido, os planos da existência em que também têm parte.

(*Longa pausa; Jane entra em transe mais profundo.*)

Seth I:

Certas traduções estão a ser feitas para que estas comunicações façam sentido para vós. Sugerimos que fechem os olhos ou os deixem desfocar. Os vossos pensamentos indicam que devem usar estes sons e orientações. Aqueles entre vós que conseguirem seguir, então agarrem-se a estes sons e deixem-nos levar-vos, sem esforço, experimentando segundo a sugestão do vosso Seth.

A nossa energia é vital — muito mais do que a vossa. A nossa energia forma mundos. O excesso da nossa energia transborda para outras criações. Ajudamos a manter as vossas vidas — assim como vocês ajudam a sustentar existências das quais não têm conhecimento.

Observamo-vos como vocês observam os outros. Mas a distância, nos vossos termos, é tão grande que a comunicação torna-se difícil. Não observamos com formas humanas; percebem-nos assim de forma distorcida. Nos vossos

termos, as nossas formas seriam geométricas. Não compreendemos muito claramente a natureza da realidade que estão a criar — mesmo tendo sido nós a dar-vos as sementes.

Respeitamo-la e reverenciamos-na. Observamo-la, tal como observamos outras. Não deixem que os fracos sons que vos chegam vos confundam. A força por trás deles seria suficiente para formar o vosso mundo e sustentá-lo durante séculos.

Durante o intervalo, discutiu-se o que foi dito.

Seth I: Despeço-me, com carinho, e o experimento continua. E continuará ao longo da semana enquanto realizam as vossas tarefas diárias. Agora, nada vos impede de observarem os que vos observam — e isso devia intrigar-vos.

Rich: "Ou seja, quando Jane está a falar, TU vês a sala, ou só vês a sala…?"

Seth: Quando estou a falar — forço-me a concentrar neste pequeno fragmento de espaço e tempo que vocês consideram ser esta sala, neste momento. Quando Rubert é Rubert — ou, se preferirem, quando Rubert é Jane — então deixo-o cuidar das suas próprias perceções e limito-me a estar consciente de vocês tal como são.

Isso significa que estou ciente das vossas identidades como elas realmente são — e não estou limitado à única pessoa que acham ser neste momento. Posso olhar para ti, por exemplo, sabendo das tuas existências reencarnacionais — e não me limito a comunicar apenas com o "eu" que pensas que és.

Rich: "Estarias, por exemplo, ciente da panela em cima da mesa?"

Seth: Apenas se estivesse interessado na panela em cima da mesa.

Rich: "E como te apareceria?"

Seth: Como uma panela em cima da mesa.

Rich: "Tal como nos aparece a nós…?"

Seth: Quando uso perceções dentro da vossa realidade, traduzo automaticamente os dados interiores em termos físicos. Caso contrário, não

estou limitado a esse tipo de perceção. Posso ver aquilo a que vocês chamam de "panela" de muitas formas diferentes. Não preciso de a perceber como uma panela — mas posso percebê-la assim. Vocês precisam.

E agora digo-vos boa noite…

Rich: "Não respondeste à minha pergunta."

Seth: Respondi, sim. Tu é que não ouviste a resposta. Estavas tão obcecado com a pergunta que não escutaste.

Rich: "Era apenas uma pergunta geral: se TU poderias ver a sala nos mesmos termos que nós, mesmo sem ver através dos olhos da Jane — se quisesses — ou se…"

Seth: Se quisesse, sim. Mas haveria pouca razão para limitar assim a minha perceção. A realidade da sala, tal como a conhecem, é apenas uma parte da minha perceção completa. Agora, ao receberes esta sessão, a resposta inteira, da forma mais simples possível, está contida na última frase.

Rich: "Respondeste à pergunta, compreendi."

Seth: Obrigado.

Bud: "Qual é o teu destino?"

Seth: Eu não conheço o meu destino mais do que uma gota de chuva o conhece. Confio na natureza da vitalidade e do ser. E porque *sou*, cumpro o meu destino — tal como tu cumpres o teu — simplesmente ao *seres*.

Bud: "E isso é a resposta para tudo?"

Essa é a resposta à pergunta que *me* fizeste, tal como a formulaste. Não é a resposta à natureza da realidade, nem à responsabilidade da consciência.

Bud: "Então, podemos falar disso noutra altura?"

Seth: Podemos, sem dúvida.

Eleanor: "Na semana passada disseste que somos as ovelhas negras do universo, e eu quero saber... será que todas as ovelhas negras do universo têm covinhas?"

Ora, há certas questões que, mesmo na minha imensa profundidade, eu não sei responder. Essa teremos de encaminhar para professores maiores do que eu.

Bee: "Havia alguma verdade nas impressões que tive de ressentimento da parte da Jane?"

Houve, sim, uma relação nesse sentido. A nossa amiga aceitou com tristeza uma posição humilde, pois sucedeu a uma vida em que tinha sido um grande líder. Na segunda, tentou ensinar a si mesma humildade — e foi, sem dúvida, uma aluna lenta. E agora despeço-me com carinho, recordando-vos que o experimento continua…

AULA DE PES 29 de Junho de 1971

SETH II (após discussão da aula anterior):

O experimento continua. Peço àqueles de vós que estão prontos que me sigam — assim como nós vos temos observado. Sigam-nos, à vossa maneira, tanto quanto conseguirem, usando esta voz como guia. Entrem numa existência que não tem realidade nos termos físicos… que não conhece sangue, nem tecido… que não conhece mão, nem dedo, nem braço. Sigam então para além do conhecimento da carne — para os domínios de onde a carne foi criada e continua a nascer.

Sintam o núcleo da vossa consciência erguer-se como uma semente — mais alto… para além do conhecimento das estações… para além da sensação dos dias ou momentos… para além das relações de sangue… para além de todos os laços que tomam por garantidos.

No caminho, sentirão uma solidão insuportável — estão tão habituados a relacionar-se com a vitória calorosa da carne, que isso parecerá isolamento. Não haverá, então, nenhum ser físico com quem se possam relacionar. E ainda assim, para além disso, através desse isolamento, há um ponto de luz

— consciência — que pulsa com o poder por trás de todas as emoções que conhecem e que as alimenta, fazendo-as brilhar e descer aos saltos para a realidade que conhecem.

Um calor que forma o próprio pulso da existência física — e que, no entanto, nasce da devoção desse isolamento, da criatividade que está para além da carne e do osso… que forma dedos sem sentir dedos… que cria estações sem conhecer a primavera… que cria areia sem conhecer areia nem chão… que cria a realidade que vocês conhecem sem a experienciar diretamente… que forma pais, filhos, filhas e mães sem saber o que são pais, mães ou filhos. E ainda assim, dessa devoção, dessa criatividade, vem tudo o que conhecem.

E tudo isso também nos foi dado a nós. Porque a energia que temos não é só nossa, nem somos a sua origem. Ela flui através de nós, tal como flui através de vós. O experimento, então, continua — como sempre continuou — mesmo que não estivessem conscientes disso.

Após discussão:

SETH I: Esta noite não estou disponível para perguntas. E isso encerra esse assunto.

Para o Tom: Quero fazer um comentário. A tua imagem foi excelente. E, nos teus termos, representa as características do espaço como o podes conceber, e também esses "bolsos negros" de que falam os físicos — realidades que se "encolheram", por assim dizer. Mas esses são outros domínios da actualidade, onde a realidade que conheces é automaticamente traduzida em termos diferentes. Não é, contudo, aniquilada — apenas traduzida.

Agora, há pouco tempo, o Rubert disse-te para dares dois passos para a esquerda. Agora estás pronto para um novo desenvolvimento nas tuas capacidades — e dois passos nessa imagem ajudar-te-ão. Pois existe, nos teus termos, uma personalidade altamente fiável aproximadamente nessa área. E não vamos discutir os termos: é uma espécie de composição do Bill com outra pessoa — um crescimento do próprio Bill, se preferires — e pode ser a tua chave pessoal de contato.

Agora, todos vós, estudantes regulares, têm vindo a experienciar, até certo ponto, mobilidade da consciência. Estão a aprender a usar o Eu interior como aprenderam a usar os braços e as pernas. E à medida que continuarmos, irão

encontrar-se em outros níveis da realidade e capazes de manipular dentro deles.

Isto é apenas o início de cursos nos quais irão envolver-se, e encontrar-se-ão com as vossas próprias versões nesses outros níveis de realidade — tal como, por várias vezes, pareciam encontrar-se em situações reencarnacionais nesta sala. Assim, poderão relacionar-se não apenas com o indivíduo físico presente neste espaço, neste tempo e nesta sala, mas também com outras partes da vossa personalidade — nos vossos termos — que existiram no passado ou existirão no futuro.

E entendam: têm feito muito pouco trabalho relativamente ao vosso futuro nessas perspetivas.

Agora, estou a fazer isto também para ajudar o Rubert a aprofundar, e para vos transmitir alguma informação — esse símbolo foi bom (dirigido ao Tom).

Para os que não são alunos regulares: dou-vos as boas-vindas. E, sim, também vocês viajaram de boleia pelo tempo — embora seja mais difícil conseguir boleia dessa forma.

Tom: "A Eleanor e eu andamos com esta coisa pendente esta noite, que já vem de outras semanas, sobre a questão dos índios... mas há aqui coisas poderosas, e seria mesmo bom se TU quisesses falar sobre isso."

Seth: Porque não o vivem até ao fim?

Tom: "Quase que o fizemos…"

O Rubert também falou de dramas reencarnacionais.

Tom: "Tive a sensação de que hoje não seria uma boa noite para isso — do ponto de vista do Rubert."

Eu tomo conta do Rubert. Ele é um bom amigo meu. Comentarei tudo o que surja — mas também chegou o momento de se encontrarem uns aos outros, não apenas como as pessoas que sabem ser aqui, mas também como aqueles que sabem ter sido. E de admitirem essas memórias que começam a surgir na vossa consciência. Estão agora a representar papéis num drama a que chamam presente — e levam muito a sério esses papéis. Mas há outros

dramas a decorrer ao mesmo tempo. E a nossa Senhora de Veneza irá envolver-se em alguns deles. Vamos então ver alguns desses papéis representados — libertá-los — e usar construtivamente a energia que aí está contida.

Para Vickie: Estás a ir bem — e fico contente por finalmente ver um bom sorriso da tua parte.

Agora vamos fazer uma pausa com o Seth.

Despeço-me com carinho e sugiro que prestem especial atenção não apenas aos vossos períodos de sonho, mas também à vossa experiência diária ao longo desta semana — à procura de pistas sobre as vossas ligações reencarnacionais… e também sobre a natureza do experimento que continua, cuja verdadeira essência ainda não compreendem por completo.

Deverá haver uma aula importante a decorrer a outro nível de realidade — e, com sorte, lembrar-se-ão dela. Ser-vos-ão feitas perguntas. Examinem a natureza dessas perguntas — e é só o que vos direi.

E todas as bênçãos que tenho para dar, dou-vos. E aquelas que não tenho, terão de as encontrar por vocês mesmos. Mas os caminhos estão sempre aí para descobrirem os vossos próprios recursos, cada um à sua maneira.

E agora despeço-me com um afetuoso boa noite — mesmo com os vossos estranhos braços e pernas, como o nosso amigo tão bem disse…

AULA DE PES 6 de Julho de 1971

Após uma discussão sobre a aula da semana anterior, o Tom partilhou as suas opiniões sobre reencarnação. Seth interveio:

Agora, nunca disse que era uma personalidade indefinida a flutuar pelo espaço. Não só não o diria de mim mesmo — como não o diria de nenhum de vós. E não gosto que o digam de vós próprios. Cada um de vocês é único e individual — e altamente original. E como o Rubert tão bem disse: cada um tem os seus próprios caminhos para a experiência e para a compreensão.

Tom: "Usei 'indefinido' como substituto de 'sem forma' — o que queria dizer era que não consigo aceitar que sejamos personalidades rigidamente definidas e estruturadas."

Estás certo. Vou dizer-te o que tento dizer há milhentas vezes — à minha maneira — e o que tento mostrar-vos através os aspetos da minha personalidade que vos chegam. E aquilo que nos meus ensinamentos difere de muitos outros, é isto:

Há alegria e vitalidade na vossa existência física.

Espero que, quando esta sessão for transcrita, releiam estas frases várias vezes. Estou a dizê-lo com a maior clareza possível. Estas são as razões pelas quais o que vos digo difere das histórias estereotipadas de que o Rubert falava.

Antes de mais, não há nada de errado com a existência física. Não nasceram por algum pecado — nem original, nem freudiano. Também não são o produto de uma experiência falhada levada a cabo por cientistas superiores de outro planeta. Não estão, à partida, condenados. Não são, automaticamente, imperfeitos. Não há nada de fundamentalmente errado convosco.

Existe espiritualidade nos vossos tecidos. A existência física é sagrada e é boa. Não há mal nenhum nela. Os átomos e moléculas são sagrados. A vossa consciência é sagrada — e também o vosso dedo mindinho do pé.

Vocês podem aspirar — e devem aspirar — pois isso está dentro de vós. Mas Tudo O Que É já está dentro de vós. Não precisam de atravessar mundos. Não precisam de encontrar "deuses tristes" à porta a decidir se podem ou não entrar, nem de passar testes como alguns médiuns vos dizem. Não precisam de se impor rituais rígidos. Só precisam de olhar dentro de vós mesmos — aí está a fonte da exaltação, da criatividade e do canto.

Agora, o Rubert muitas vezes se questionou sobre esta voz — e vocês também — e sobre como a utilizo. Os sons, à medida que aumentam de volume, aceleram automaticamente a vossa consciência. Alteram vibrações de que não tendes consciência. Por isso, contribuem para a ponte psicológica da qual todos fazem parte quando estão nesta sala.

Não há parte alguma de vós que não seja sagrada, que não seja eterna. As respostas estão, de facto, dentro de vós. Não posso dá-las — posso apenas indicar-vos a direção onde devem procurar. E essa direção está dentro de cada um de vocês.

Agora, o Rubert faz contato comigo — mas ao fazê-lo, é como se tivesse alcançado um vasto campo vivo que está sempre a crescer. É da vossa responsabilidade vaguear por esse campo, colher as vossas próprias "flores loucas" e encontrar os vossos próprios caminhos. Neste momento, o campo está aí — o campo que é a minha realidade, mas que também é a vossa. E devem explorá-lo intelectualmente e intuitivamente, encontrar nele os vossos próprios trilhos. As suas fontes brotam do vosso próprio ser e da nascente de criatividade que existe dentro de cada um.

O professor está dentro de cada um de vocês. E vocês são o professor que ainda não reconhecem. E a voz que fala nos vossos sonhos é a voz do vosso próprio ser — que ainda não reconheceram — falando a partir das fontes antigas de conhecimento que são vossas.

Já vos disse muitas vezes: não sou um espírito assustador que fala na noite. Sou eu próprio — mas sou também a parte sem voz de cada um de vós. Sou a altura que alcançaram sem saber que a alcançaram. Sou o vosso próprio batimento cardíaco. Tenho a minha individualidade, sim, mas isso não impede que haja um ponto de encontro entre o que eu sou e o que vocês são.

Disse aos alunos regulares: acabaram o jardim-de-infância. Têm estado a partilhar segredos noutro plano, em termos reencarnacionais. Isto é uma extensão do que já faziam antes — uma aceleração. Quero que olhem através das imagens que não estão lá, mas que veem nas vossas mentes. Quero que olhem através dos deuses e dos demónios, até verem para além deles. Quero que olhem através da vítima e do agressor. Quero que olhem para lá das imagens estereotipadas de bem e mal, até compreenderem o que é a vossa própria criatividade.

Quero que compreendam que, neste momento, as vossas próprias células respondem ao que digo — não por causa das minhas palavras, mas porque as vossas células falam também através da minha voz. E as partes esquecidas de vós, às quais não prestam atenção, estão a responder.

A voz que clama no deserto é a vossa. E a voz que responde ao longo de eras que não compreendem — também é vossa. Têm contrapartes. Não estão sozinhos. Têm irmãos e irmãs que não reconhecem. Estratos que voam pela noite — nos vossos termos — conhecem a consciência e o canto.

O ar que roça a vossa face está vivo. Também ele já conheceu o amor e a exaltação — e voltará a conhecê-los.

Nas minhas palavras há respostas — se tiverem a inteligência para as captar. No poder que sentem, há respostas — se tiverem a sabedoria de reconhecer esse mesmo poder em vós. Sintam, no timbre da minha voz, o êxtase que canta através do vosso ser. Escutem as histórias que vocês próprios vos contam. Ouçam os segredos que voam pelo ar.

É isso que vos tenho dito desde o início.

Durante a pausa, Asna partilhou as suas opiniões sobre Seth e o material. Seth respondeu:

Tu já me ouviste antes. Já discutiste comigo antes — como este aqui também gosta de fazer. E houve um tempo em que tu e o Rubert brincaram juntos nos rios, em criança.

Disse a este grupo que a representação foi uma aproximação bastante aceitável da minha forma de ser.

Agora, dou-vos uma ponte. E já vos disse isso antes. Experienciam-me como uma personalidade particular — e relacionam-se com ela. E eu, por minha vez, relaciono-me convosco como as personalidades que pensam ser. Mas isso não quer dizer que o que veem da minha personalidade me define, nem que a vossa perceção de vós próprios vos define a vós.

Para o Tom e a Eleanor: Vocês libertaram-se dos vossos papéis físicos atuais na aula da semana passada. Nosso primo de Richelieu, e o nosso amigo que ama a "flor louca" — experienciaram a vossa realidade emocional a um nível totalmente diferente. Encontraram o vosso significado — num contexto diferente. E há outros significados e outros contextos.

Por isso, não pensem que essa realidade é a única — pois noutros contextos houve trocas de papéis entre agressor e vítima. Lembrem-se disso.

E agora, porque o nosso primo de Richelieu se sentiu tão triste e tão desanimado, vou deixar-vos com essa energia que, afinal, é intrinsecamente vossa. Vai até confundir o nosso amigo ali, que não para de bocejar.

Lembrem-se disto: a vossa própria vitalidade não tem limites. É sempre nova. Corre pelo vosso corpo com a mesma facilidade e naturalidade com que a energia flui através desta forma. Só têm de a aceitar e reconhecê-la.

E mais uma vez vos digo: a vitalidade da vida não é silenciosa. Não é "adulta". Não é "digna". Todas as vielas por onde já passaram têm saídas. Todos os desastres que criaram para vós próprios têm aberturas. Qualquer energia que precisem de direcionar para qualquer parte do vosso corpo físico está à vossa disposição — basta pedirem.

Cada pensamento que têm é criativo. Quando escutarem, não apenas escutem — sintam. E dentro da energia desta voz, sintam a energia dentro de vós — nos vossos espíritos, nos vossos tecidos.

Pois estão agora a habitar um corpo físico que vocês próprios também criaram. Conheçam, portanto, a vossa própria exaltação, a vossa própria energia, a vossa força. Sintam dentro de vós essa confiança e esse poder — e dele retirem aquilo de que precisam, ao seguirem o vosso caminho diário.

E sintam-no em vós — pois ele vem com facilidade. Tão facilmente e milagrosamente como uma flor cresce, ou como um cabelo brota do vosso couro cabeludo, ou como um pensamento emerge do vosso cérebro. Essa energia reside em vós. Essa energia é vossa. A vossa divindade repousa nela.

As pontes que formam — e que todos vocês reconhecem — são feitas desta vitalidade. Em silêncio, ela cresce e é nutrida — mas não é, por si, silenciosa. É vigorosa. E não tem medo do silêncio. Ela forma-vos. Façam as pazes com ela — e não a neguem.

Agora despeço-me de todos com um caloroso "boa noite", mas antes peço-vos que se identifiquem com a força por trás desta voz e que a sintam nas vossas próprias células — pois é o vosso próprio poder, a vossa própria energia, o vosso próprio conhecimento e a divindade de onde vieram e da qual cada um de vós faz parte. A voz que responde é a vossa própria, por isso escutem-na com amor e compreensão.

AULA DE PES 11 de Abril de 1972

Discussão sobre as experiências dos participantes ao longo da semana. A Jeane teve três visitantes que estavam interessados em fazer um filme.

Mais uma vez, reparem como pouso gentilmente os óculos novos do Ruburt. Com o tempo ele deixará de se preocupar com eles. Os nossos amigos aqui querem ver se sou fotogénico, por isso vou oferecer-lhes um grande sorriso. Este é o meu grande sorriso. É o melhor que consigo fazer com a cara com que trabalho neste momento. Não sorri como os rostos que conheci quando tinha o meu próprio rosto, mas todos nós temos que lidar com um tipo ou outro de dificuldade.

Como sabem, apenas uma noite depois de o Ruburt ter começado com determinação, eu comecei o meu próprio livro. E desta vez não nos daremos ao trabalho de explicar ao leitor quem ou o que eu sou. Vamos antes mergulhar diretamente no essencial e permitir que cada um aprenda sobre si mesmo. Será um livro de autoajuda, mas diferente de qualquer outro que tenham lido. Espero que gostem do resultado final, depois de seguirem as instruções que darei ao nosso amigo aqui presente.

Fiquei muito interessado nas vossas descrições de Sumari, e cada vez mais curioso com a vossa visão. Tenho a certeza de que mudarão com o tempo, na vossa perspetiva. No meu livro falarei de Sumari. Contudo, irei orientar-vos — e a outros leitores que nunca virão a esta sala — sobre como resolverem problemas únicos e pessoais. Para isso, será necessária concentração, algum esforço, alguma viagem interior e, no mínimo, deverá melhorar o vosso sentido de humor sobre vós próprios. Será melhor do que trabalhar com espelhos, pois permitir-vos-á verem-se a vós próprios sem um espelho — apenas com o interior. Quando o livro estiver concluído, será um manual para esta aula e esperarei que o usem. Gostaria que alguns de vocês explicassem aos nossos amigos aqui presentes a vossa própria compreensão da natureza da realidade e de como a criam. Gostaria que explicassem o significado do Cântico da Criação Sumari — segundo o vosso entendimento, ou mal-entendimento, ou mesmo a vossa falta de entendimento.

Todos vós, mesmo que não estejam conscientes disso — os membros regulares da aula — estão prontos para abandonar um patamar de atividade interior.

Para a Mary Anne: não te preocupes com as instruções que te foram dadas. Não há necessidade de inventar batalhas — já há bastantes. E, certamente, não há razão para criares batalhas psíquicas.

Mary Anne: Isso foi válido então?

Estás simplesmente numa fase de desenvolvimento, como o Ruburt já te disse — relaxa também nesse aspeto.

Agora gostaria que explicassem aos nossos amigos os assuntos que mencionei, e depois terei mais algumas observações para todos. Gostaria que desenvolvessem ainda mais a vossa capacidade em várias áreas — especialmente numa em particular. O nosso visitante aqui mencionou sentir uma grande aceitação de si próprio, e é isso que quero que todos sintam: que guardem esse sentimento na palma da vossa mente e que deixem de se punir com tanta frequência e severidade. Os três aqui presentes (Pete, Eleanor, Pat), e a nossa senhora de Veneza no canto, chamam a si próprios nomes que nunca tolerariam ouvir da boca de outros. São muito menos bondosos consigo mesmos do que deveriam ser. Agora, passemos às explicações.

Estarei aqui para ver como se saem.

Após esta discussão, Seth interveio novamente:

Tenho umas palavras a dizer sobre os métodos de participação nesta aula. Muitas vezes alguns de vós vêm até aqui talvez à espera de serem instruídos sobre o que fazer e como fazê-lo. E, quando os outros que se sentam ao vosso lado falam, por vezes não os escutam, perdendo assim a oportunidade de aprender com a experiência deles. Por vezes contribuem, por vezes não. Este é um lugar onde devem vir com curiosidade, com perguntas e com energia. Onde devem exigir mais de vós próprios.

— Onde devem permitir-se espontaneidade; onde devem elevar-se acima do que parecem ser as vossas frustrações e problemas; onde devem libertar a vossa própria energia.

Suponhamos agora que pedimos ao nosso amigo, o bailarino turco aqui presente, para começar com o dedo mindinho do pé. Podem manter os olhos abertos, mas imaginem a vitalidade incrível que existe na menor célula desse dedo e como essa energia se multiplica para formar a carne física que

chamam "dedo do pé". Pensem na identidade intrínseca de cada uma dessas células e na cooperação entre elas para criar esse vosso pequeno e mundano dedo do pé. Sintam a sensação da pele em contato com a meia, e depois a pressão do sapato. Imaginem todas essas ligações que ocorrem no vosso corpo para que possam concentrar-se nesse dedo tão distante da vossa cabeça.

E agora, para o nosso pequeno jogo: imagina que a tua mente está no teu dedo mindinho do pé e tenta sentir o resto do teu corpo a partir da perspetiva desse dedo. O que sente? Como aparece a tua cabeça? Quão distante parece estar? Que ligações existem entre os dois? Imagina o fluxo de energia que deve acontecer. Imagina agora e sente a ligação entre esse dedo e o dedo seguinte, e a fascinante rede de vitalidade que compõe todo o pé e o calcanhar.

Toda essa energia existe em cada um de vós. Toda ela é consciente, com o seu próprio sentido de maravilha e criatividade. Não há razão para a bloquearem, para fecharem a vossa mente ou o vosso coração a ela — nenhum de vós. Deixem-na preencher o vosso ser e a vossa consciência. Tornem-se conscientes dela. Têm uma fonte imediata de renovação, admiração e criatividade nesse conhecimento — se simplesmente a usarem.

Agora todos vós sabeis o que vou fazer a seguir… (com voz forte) sintam a energia que atravessa esta estrutura frágil e percebam que ela varre também o vosso ser — é a vossa própria energia. Têm acesso a ela. Pertence ao universo, pertence à natureza de tudo o que é. Canta dentro dos átomos e moléculas que vos compõem. Faz parte do vosso património e do vosso ser — deixem então que vos preencha. Tirem dela, reconheçam-na como a vossa contraparte. Encontrem nela paz, pois é parte de vós, como vós sois parte dela. E lembrem-se novamente de que ela não é necessariamente silenciosa; que dignidade não significa automaticamente santidade; que a energia que vos atravessa fá-lo com alegria, e que os átomos e moléculas dentro de vós dançam na sua própria celebração da criação — nenhum átomo corre pelo corpo com um ar carrancudo.

Este livro não será um manual estilo "Pollyanna". Não direi: "Ah, deitem fora as vossas velhas frustrações e evasões e esqueçam-nas, cubram-nas com flores." Também não direi: "Pensem sempre de forma pura." — porque, para começar, conheço as vossas limitações, pois em tempos foram também as

minhas. Primeiro, precisam reconhecer os sentimentos que até agora não conseguiram enfrentar; só depois poderão aprender a lidar com eles e canalizá-los. Mas têm de deixar de ter medo deles. Quando forem espontâneos, os sentimentos fluirão como o ar através de vós — haverá tempestades e haverá bonança, mas saberão que são o "eu" que sente, e por isso poderão dizer: "Ah, lá vem uma tempestade… lá vai uma agradável." O problema é que, quando chego até vós, geralmente estão tão habituados a esconder os sentimentos, tão assustados com aquilo a que chamam "maus sentimentos", que têm um vulcão prestes a explodir. Por isso, quando digo "sejam espontâneos"… imediatamente temos fogo e enxofre na sala. Teremos de ter isso em conta convosco e com os leitores, e ensiná-los a começar com base no ponto onde pensam estar. Será um livro de autoexploração para descobrirem quem são — e depois disso, hão de conseguir prosseguir muito bem. E não estou apenas a falar convosco aqui presentes, mas também com o Ruburt. Digam-lhe que eu disse isto!

A existência da reencarnação será, claro, mencionada, assim como o seu significado. Mas vocês não estão mais à mercê da experiência reencarnacional do que estão à mercê do vosso passado nesta vida. E isso também têm de aprender. Isso manterá a Sol ocupada pelo resto do tempo.

Durante a discussão, a Jane perguntou se o Seth já tinha dado um esboço do livro.

Eu darei ao Ruburt um esboço se ele o exigir. Pensava que tinha mais fé do que isso… digam-lhe que eu disse isso!

Mary Louise: Ter dignidade não significa ser simpático.

Eu não disse que não podias ser simpática, nem que tinhas de sentir que o devias ser. Disse que dignidade não é necessariamente bondade, e que bondade não fala, por definição, com voz calma.

Mary Louise: Estava só a praticar… (grita) "gritar".

Gostava de ouvir de ti um bom "Mu"…

Mary Louise deu um longo "Mu"…

É muito mais musical do que eu conseguiria fazer — e acho que todos deviam aplaudir.

Agora quero que escutem. Podem fechar os olhos, se quiserem. Se não quiserem, deixem-nos abertos. Simplesmente deixem a mente flutuar com o som e concedam-nos um momento — pois será um Sumari. Não esperem necessariamente nada para vós. Apenas deixem a mente ir… e levem convosco o vosso sentido de maravilha.

Seguiu-se uma canção em Sumari. Depois da discussão sobre a canção, Seth voltou:

Gosto do nosso jovem citador ali (Richard). Tens uma boa compreensão do meu livro.

Se quiseres, posso organizar um procedimento muito mais dramático — agora, para o teu filme… Vê, começamos assim:
(ofegante e balançando-se para os lados na cadeira, muito lentamente)
"Leio-te… leio os teus espíritos sóbrios do outro mundo… oh, sou tão… ho-ho ho-ho… canto as minhas viagens, oh, tenho de cantar…"
(depois, com a voz natural)
"Posso representar em qualquer filme, percebem? Acabam de ver uma bela exibição."

Todos aplaudiram a sua atuação.

Lembrem-se da magia e da alegria que há dentro de vós — e da capacidade de rirem de vós próprios. Despeço-me com um caloroso boa noite. As bênçãos que posso dar, dou-as. As que não posso… terão de encontrá-las por vós mesmos.

Eleanor: Este livro, o teu livro… todos nós já o lemos antes, em algum momento?

Seth: Claro que sim. Tinham de o ter lido. De que outra forma saberiam como vir aqui?

Pat: Ajudas-me com as imagens no espelho que vejo no meu quarto?

Não vou fazer comentários sobre imagens nos quartos de dormir… Mas, para além disso, não precisas de ajuda com elas — apenas precisas de compreendê-las. E não tentes demasiado. Estás a esforçar-te em demasia para perceber o que aconteceu. Se ainda precisares de uma explicação daqui a um mês, então eu dou-ta.

Eleanor: Porque é que já nos cruzámos algumas vezes… e tu pareces ter-te desenvolvido tão depressa, enquanto eu continuo a tropeçar em tudo?

Há partes da minha personalidade — como sabes — que podem ter brincado contigo, e continuam a brincar. Estão a aprender ao seu ritmo, tal como tu estás a aprender ao teu. És mais do que os teus "eus" reencarnacionais. O todo é sempre mais do que a soma das suas partes. E neste momento estás apenas a falar de uma dessas partes… Agora, atrevo-me a sair?

(Para completar a página, um parágrafo de 9 de Maio de 1972 — não há transcrição completa):

Durante uma discussão sobre a realidade que criamos, o Rick perguntou se existia alguma divisão:

Não há divisão — exceto aquela que vocês próprios criam quando se separam dos vossos próprios pensamentos. Vocês criam essa divisão. Estiveram a falar sobre segredos — segredos que guardam uns dos outros. Mas não falaram dos segredos que guardam de si próprios: aqueles pensamentos que conhecem muito bem, mas fingem não ouvir; aqueles sentimentos que vos pertencem mas que ignoram; aqueles impulsos que travam mesmo antes de chegarem à vossa consciência — ao fluxo de consciência. Vocês olham para dentro desse fluxo e dizem: "Ah! Este é bom", e agarram-no. E ao resto dizem: "Bah, isso é matéria subconsciente, não serve." E deixam-no passar. Cada um de vocês conhece-se — é apenas uma questão de quanto conhecimento estão dispostos a integrar. Não há divisão real. Vocês escondem segredos de vocês próprios — e esses são os únicos que realmente têm de temer. Alguns de vocês já descobriram alguns desses segredos — não pelo que disseram, mas pelo que outros disseram. E essa é a resposta à vossa pergunta.

AULA DE PES 18 de Abril de 1972

Jane leu um capítulo de *Oversoul Seven* e conduziu a aula numa experiência de mobilidade da consciência. Depois, Seth interveio:

Reparem na minha delicadeza *(ao pousar os óculos da Jane na mesa)*. O Ruburt queria que vocês trabalhassem sozinhos esta noite, mas eu quis que soubessem que estou aqui. E quero que percebam que podem ver o vosso eu interior com a mesma clareza com que viram a imagem da chama nas vossas mentes. Podem sentir a vossa própria realidade com essa nitidez. Ela pode não se apresentar sob a forma de uma imagem, mas pode surgir com igual brilho — se fecharem os olhos e a esperarem. Ela está dentro de vós agora; existe. Como o Ruburt mencionou há pouco: ele só precisa de se perguntar onde estão Prothous, Lydia, Maha ou Josephine — e encontra-os. Mas primeiro, parte do princípio de que eles existem, em algum lugar. Assim também vocês devem partir do princípio de que existem — tu, Ricky, e tu, Richard.

Não importa que tentem localizar esse "lugar" exato — o que importa é permitir que o eu interior tome consciência do ambiente onde tem o seu significado e validade, sem insistir que ele se manifeste segundo os vossos termos. Têm de aprender a reconhecer-se no presente ampliado, porque grande parte do tempo apaga-se nos embrulhos e malas da memória. As memórias são como paisagens que passam à vossa frente quando olham pela janela de um autocarro — mas vocês são o viajante. Insistir em permanecer sempre no mesmo país depois de tanto tempo de viagem é esperar pouco… e esperar demasiado, ao mesmo tempo.

O exercício da vela também vos ajudará a ter lucidez nos sonhos. Lembrem-se da imagem da vela quando se deitarem. Deixem que ela seja um sinal, uma marca que diga: "Eu estou aqui" — significando que vocês estão aqui. Que ela represente a voz interior, o "eu" interior dos vossos sonhos — porque muitas vezes, esse "eu" interior nos sonhos não é o "eu" que conhecem. E esse "eu" escreve-se com letra maiúscula — "Eu", não "olho" físico. Embora possam fazer a associação se não estiverem a falar de olhos físicos. A vossa realidade floresce a cada ponto-momento; portanto, nascem verdadeiramente a cada instante — mas para perceberem isso, têm de entender a natureza dos momentos.

As vossas potencialidades gritam-me que podem tornar-se plenamente conscientes das vossas actividades nos sonhos e das vossas experiências fora do corpo — e ainda assim, muitas vezes não o são. Por isso, pensem na vela e usem-na como imagem e referência. Deixem-na acender-se nos vossos cérebros físicos ao acordar — a lembrar-vos do que aconteceu durante o sono. As vossas aventuras são tão emocionantes quanto as de Prothous, e de todos os outros de Ruburt. Só precisam de se lembrar delas.

Eleanor: É isso que a Jane está a fazer com este livro?

Seth: Não te vou dizer — porque tu irias contar-lhe, e neste momento é muito mais eficaz se ele simplesmente seguir o fluxo.

Eleanor: Então responde-me a isto: sobre os meus pensamentos durante a leitura deste capítulo que a Jane fez hoje... estava certa?

Seth: Metade, metade.

Eleanor: Oh, bolas, Seth, tu na verdade não nos dizes nada, pois não?

Seth: Nada daquilo que podem aprender por vocês próprios.

Eleanor: Tenho outra pergunta... mas acho que nem a vou fazer.

Seth: Isso é melhor do que amuar.

Eleanor: Não estou a amuar, estou só a pensar... Então, eu e a Mary Anne somos "eus prováveis"?

Seth: Não, mas estão ligadas — só que não dessa forma. Há uma correlação de experiências. Agora dei-te uma prendinha.

Quando estou a falar contigo, estás tão perto de perceber a natureza da tua própria realidade... estás a meio suspiro de distância. E estou sempre à espera do momento em que vais agarrar esse reconhecimento interior. Quando tiveres esta sessão por escrito, lê essa frase com atenção. E agora despeço-me de todos com um caloroso "boa noite".

Eleanor: Ainda não é hora de ir embora, Seth — são só dez e quarenta e cinco.

Seth: Estejam conscientes quando estão acordados, assim como o estão quando dormem. Compreendam que a vossa actividade continua no estado de sonho — não é disparate. Estão a perder pistas importantes. Só se realmente quiserem recordar, é que recordarão. Ninguém vos vai entregar essas memórias embrulhadas de manhã. Têm de entrar nos vossos próprios sonhos como exploradores que entram numa terra desconhecida — e voltar com as vossas próprias recordações, os vossos instantâneos da realidade interior. Aqueles de vós que forem corajosos, persistentes, teimosos o suficiente, vão perseverar.

Não perseveram dizendo "não consigo lembrar-me dos meus sonhos", ou "é impossível", ou "não quero lembrar-me, assustam-me", ou "tento, mas não resulta." Só perseverarão dizendo a vós próprios: "Consigo lembrar-me dos meus sonhos e vou fazê-lo. É possível e vou conseguir. Quero compreender a realidade interior e vou perseverar." Sempre que dizem a vós próprios que não conseguem lembrar-se, estão a trabalhar contra si mesmos. Ninguém cria os vossos pensamentos por vós. Ninguém é responsável por eles além de vocês. Por isso, podem mudar a natureza dos vossos pensamentos — e das vossas expectativas — e entrar conscientemente no estado de sonho.

Fred: Podes dizer-me como abrir o meu canal criativo, de modo a canalizar energia numa direção e expressar-me criativamente?

Seth: Neste momento ainda precisas de disciplina. Mas podes começar por usar a energia criativa que já tens na pintura, aprendendo a arte da pintura — canalizando aí as tuas inspirações, mas com disciplina, aprendendo também o ofício técnico que lhe está associado. Vais sair-te melhor aí do que com palavras.

Pat: Quanto às imagens no meu quarto… estou certa em pensar que ambas são minhas?

Seth: De facto são. Mas uma delas tem uma natureza diferente.

Pat: Um "eu provável", será isso? A porta cinzenta é essa?

Seth: É sim.

Pat: E a dourada então é aquilo que eu projeto agora, digamos?

Seth: A dourada é o teu sinal de orientação neste momento.

Agora quero que viajem através do estado de sonho. Ninguém pode explorar a vossa realidade subjectiva por vós. É território inexplorado, desconhecido. É uma realidade nova e única — e, se não a explorarem e aprenderem com ela, ninguém o fará. É como um jardim não reconhecido, como um tesouro que só vós conhecem. Ao fazê-lo, podem aplicar esse conhecimento para ajudar a vós próprios e aos outros.

Eleanor: Estou só à espera de ser reconhecida. Não quero simplesmente atirar-me para dentro disto, sabes, Seth — não assim.

Seth: Pensei que estivesses a cronometrar-me o tempo todo.

Eleanor: Estou, estou. Agora esqueci-me do que ia perguntar — ah! Qual é afinal o resultado de todos nós virmos às aulas?

Seth: E porque é que eu haveria de responder a isso por ti?

Eleanor: Eles estão todos a rir, mas eu não acho assim tanta graça…

Seth: Estou à espera da resposta.

Eleanor: Eu sei o que estás a fazer, Seth. Já os pus todos a mexer ao mesmo tempo.

Seth: Espero que essa pergunta não te tenha ocorrido só agora. Detestaria fazer uma coisa durante tanto tempo como tu tens feito sem, primeiro, pensar nas razões. Vou esperar uma resposta tua para essa pergunta. E, tendo agora virado a mesa com elegância, despeço-me com um caloroso boa noite. Aqueles de vós que estiverem prontos poderão ter experiências muito interessantes no estado de sonho — e estarei lá para ajudar quem for suficientemente corajoso para sair do corpo.

AULA DE PES 25 de Abril de 1972

Jane leu um capítulo do *Oversoul Seven*. A Virginia perguntou se a meditação ajudava a despertar os nossos poderes psíquicos. Alguns membros da aula partilharam as suas experiências da semana. Depois, Seth manifestou-se:

Agora, cada um tem os seus próprios termos. Usam palavras e definem-nas à sua maneira. Não precisam de meditar — apenas de ser, e de se habituar à sensação do vosso próprio ser. Se quiserem chamar a isso meditação, então meditem.

Para Richard: Estiveste envolvido numa experiência em que tentavas dar voz, se me perdoas a expressão, a essas partes "superiores" de ti mesmo que normalmente silencias, acalmas e abafas sem pensar. Estavas, por isso, a tentar libertar outras partes da tua personalidade que não reconheces — e a resistir à experiência. Estavas a dizer: "O meu ego é o meu ego, sou eu, e não vou ouvir nenhuma outra parte da minha personalidade que tenha a ousadia de achar que sabe mais do que eu!" Mas não te preocupes, porque estás a aprender — e estavas consciente da tua própria resistência a essas partes interiores. Muitos dizem: "Porque não consigo ouvir a voz interior, se não tenho resistência a ela, se quero ouvir, se quero ser espontâneo?" — mas não estão conscientes da sensação da sua própria resistência, porque têm medo de senti-la. E tu precisas de te tornar consciente dessa resistência para poderes ultrapassá-la — e é isso que estás a começar a fazer.

Agora, envio as minhas saudações a todos os que estão aqui pela primeira vez esta noite, e, como sempre, também aos veteranos — os habituais, os profissionais que aqui vêm regularmente.

Para a Eleanor: E então? O que temos a dizer por aqui?

Eleanor: Este romance que a Jane está a escrever… é Sumari, não é?

Seth: A Jane disse que estava a escrever um romance? Estás a ver como a Jane sabe pouco? Um romance está a ser escrito.

Eleanor: Ok. Então é um romance Sumari, certo?

Seth: É, sem dúvida.

Eleanor: Obrigada, Seth.

Alguns de vocês também fizeram comentários sobre a ligação entre Cypress e uma das personagens Sumari, digamos assim — e estavam certos. Mas enquanto o romance está a ser escrito, e embora eu tenha feito uma piada ao dizer que não era a Jane que o estava a escrever, a verdade é que Ruburt e

Jane estão, sim, a escrevê-lo em certa medida — e estão a recorrer a uma energia extremamente importante. E tudo isto, vejam bem, é também uma demonstração para vocês, porque sabiam quando o livro começou, e podem ver quanto do vosso tempo tem estado envolvido na sua criação — e assim verão as muitas formas em que esta energia pode ser usada.

Já vos disse que sou um professor — e um professor manhoso — e há muitas maneiras de passar a minha informação. Se quiserem lê-la como uma história bonita e dizer "isto é interessante" ou "isto está mesmo fora da caixa", então todos nós achamos isso muito divertido. Portanto, estou a responder a partes da tua pergunta.

Para a Eleanor: E agora, gostaria que respondesses à tua própria pergunta — aquela que fizeste na semana passada.

Eleanor: Desculpa, Seth, mas não tenho resposta.

Seth: Se não tens resposta, sendo essa a tua pergunta e a tua maneira de a colocar… porque achaste então que eu poderia ter resposta para ela?

Eleanor: Aposto que vou pensar duas vezes antes de te fazer outra pergunta.

Seth: Sente-te à vontade.

Eleanor: Acho que estou aqui porque estou a tentar juntar muitas peças. Isto é como uma aula de revisão — tenho consciência de tudo isto, mas quero reorganizá-lo, voltar a reunir tudo.

Quando leres *Oversoul Seven*, vais reconhecer-te em muitos dos dilemas e encontrarás respostas para muitas das tuas questões — embora as interpretes à tua maneira.

O nosso amigo, um estudante relativamente novo, que normalmente se sente com três metros de altura e costuma vestir uma camisa branca — e que ultimamente tem preferido sentar-se num canto (Hugh) — teve um sonho. Nesse sonho, via-se numa sala de aula. Como os nossos alunos habituais sabem, esta não é a única aula em curso — é apenas aquela de que normalmente, mas nem sempre, se lembram. E de vez em quando, algum de vocês recorda-se. Mas, quando terminam de distorcer o que lembram, acabam com um conceito que vos faz sentido. Assim, quando têm uma

experiência que envolve uma aula de natureza espiritual, acabam por visualizá-la com carteiras de madeira e cadeiras — tal como *Oversoul Seven* criou esse cenário com mesas e sala de aula no início do livro do Ruburt. Por isso, olhem para lá dos símbolos dos vossos sonhos. Se estão a sonhar com uma sala de aula, ela não tem de ser uma sala física.

Para a Mary Anne: E, se estás a curar pessoas, também não tem de ser uma cura física, nesses termos. Estou a falar com a nossa Florence Nightingale ali à janela.

Mary Anne: … Não um tipo emocional — um tipo mental de cura?

Seth: Pode ser muitos tipos de cura. Vocês quase sempre interpretam a cura como algo físico — e, de facto, pode surgir uma cura física como resultado.

Mary Anne: O sonho sobre aquele tal Dr. Thomas, onde um rapaz novo tinha febre e eu falava com ele sobre antibióticos — e ele nunca tinha ouvido falar deles — foi um sonho de uma realidade provável?

Seth: Não foi. O médico desse sonho era uma outra parte da tua própria personalidade, no teu passado — nos teus termos. Estavas a dar-lhe o que lhe parecerá uma inspiração. E ele começará a procurar uma forma de inventar ou descobrir aquilo que tu hoje chamarias medicamentos milagrosos. Portanto, no teu presente, estás a influenciar aquilo que pensas ser o passado. Porque, como te disse, não há portas fechadas — e a acção acontece em todos os pontos.

Agora deixo-vos fazer uma pausa — não uma pausa da aula, mas uma pausa de Seth.

Talvez deva fazer alguns comentários para esclarecer certos pontos. Se, ao longo da tua vida — nos teus termos — te treinaste para pintar, se aprendeste a técnica e trabalhaste arduamente — como fizeste noutras vidas — e se tens o talento e o refinaste, então estás a fornecer uma estrutura através da qual essa energia se pode expressar e através da qual podem fluir pistas e informações.

Pete: É necessário passar por esse processo, esse trabalho intenso?

Seth: Tens de fornecer essa estrutura. Se, por exemplo, mesmo nesta vida, te deste a oportunidade e o tempo para observar à tua volta, amar a natureza e sentires-te parte dela, então também forneces uma estrutura através da qual te podes familiarizar com verdades — com a natureza da realidade — e uma estrutura através da qual os conhecimentos e intuições te chegam a ti e aos outros. Estou a mencionar isto porque sei que mais tarde o meu amigo Ruburt vai interrogar o primo do Richelieu ali ao fundo. Embora, em muitos aspectos, a Jane — tal como vocês a conhecem — não esteja a escrever o livro, o treino que deu a si própria, a disciplina que aplicou, estão a ser usados. E sem isso, não obteriam esse tipo de conteúdo. Seria distorcido, e a... *(palavras perdidas)*... dos conceitos ficaria enevoada.

Este aqui — (Pete) — fez um desenho, um esboço, que deu ao Ruburt. Agora, nesta vida, tem pouca formação em arte, mas noutras vidas trabalhaste arduamente nesse ofício. Através dessa pintura, algumas verdades Sumari estão ali evidentes — para quem as souber ler. Mas, mais uma vez, a iniciativa pessoal e a disciplina individual estão presentes.

Em todas as vossas vidas existem estruturas que vocês próprios criaram — e é através dessas estruturas que as intuições vos surgem. Descobrirão o que são à medida que elas se manifestarem. Assim como a nossa Florence Nightingale aqui presente encontrou-se envolvida na cura, outros encontram-se envolvidos com escrita ou fala automática. Ou como a nossa amiga das vitaminas (Jean) se encontra — de forma lindíssima — envolvida com a sua família e os filhos, utilizando essa energia num contexto familiar onde, sem dúvida, está a ser usada da melhor forma possível. Portanto, não existe uma única definição para a palavra "psíquico".

Ser psíquico é lidar bem com a tua família, tanto quanto é prever o que vai acontecer na próxima terça-feira. És igualmente psíquico se conseguires encontrar uma antiga casa de campo (para a Virginia), como se souberes o que vai acontecer no ano 2001.

Agora, sim, faço uma pausa.

Mais tarde, Pete estava a explicar sobre o Sumari quando Seth voltou a intervir:

Agora, cada um de vós, façam a si próprios uma pergunta — uma pergunta que realmente queiram ver respondida. Façam-na interiormente, cada um de vocês. E depois teremos a canção-resposta em Sumari.

Enquanto a escutam, fechem os olhos — ou deixem-nos abertos, como preferirem — mas ouçam os sons. Não tentem compreender as palavras ou separar as sílabas. Usem o som como um veículo de conhecimento inspirador e de revelação. Libertem-se para seguir a informação que os sons transportam, individualmente, para cada um de vós.

Agora, deem-nos um momento.
(Ruburt, como sempre, volta a pôr os óculos para o Sumari.)

AULA DE PES 2 de Maio de 1972

Jane deu à turma a escolha entre contar um segredo ou responder a três perguntas:

1. Que imagem achas que projetas?
2. Como gostarias de mudar essa imagem?
3. Que tipo de imagem gostarias de projetar?

Rich optou por contar um segredo.

SETH – Agora veremos que o fazes para que percebas que há muitas formas de partir um ovo — e também para que não tenhas de passar o resto da tua vida a olhar para trás com inveja dos êxtases da tua "juventude".

Gert perguntou a Rich do que é que ele tentava escapar.

SETH – Ele estava a tentar escapar ao peso da consciência, ao fardo da mente que sabe que sabe. O fardo das perguntas que parecem nunca acabar e sem resposta.

Tentou seguir a mente e mordê-la, como um gato que corre em círculos tentando morder a própria cauda. E quando consegue, grita — mas não diz: "Já chega disto". Olha à volta, a cauda continua a fasciná-lo, e lá vai ele de novo, mais uma volta alegre.

A consciência, nesses termos, carrega um fardo, porque busca sempre conhecer-se a si própria. Tenta entender o seu conteúdo psíquico. Como o

olho não pode ver-se a si próprio sem um espelho, também vocês precisam da realidade física — ela é o espelho. E quando recusam olhar, quando se recusam a usar o espelho, não veem.

Ele tinha medo do espelho. Tinha medo da cauda. Mas ainda não compreendia a vitalidade da consciência — ou da sua própria consciência — nem a alegria que lhe dá forma. Transformou a sua consciência num monstro que parecia persegui-lo, e por isso quis escapar dela. Mas a inocência da consciência escapava-lhe — e só agora está a regressar.

Rick disse que estava incomodado pelo conflito entre os métodos de ensino de François e de Seth, e também pelo conflito entre François e Jane.

SETH – Não há conflitos. Isso é a primeira coisa que deves perceber — a não ser os conflitos que tu mesmo crias como parte de uma situação de aprendizagem. Existem muitos métodos de ensino. Eu tenho os meus — e, perdoa-me a modéstia, acho-os excelentes. Há outros métodos que não aprovo particularmente — penso que alguns professores são maus professores — mas ainda assim são professores, com os seus próprios caminhos.

Tu, e o Ruburt, têm de aprender a olhar para além dos métodos. Não existem demónios — nem deuses que vos vão aniquilar se não fizerem uma reverência. Não há conflito. E o Ruburt sabe disso. Mas tanto ele como o François gostaram da ideia de um conflito.

Agora, por todos os meios, vamos ouvir mais segredos. Isso mostra o quão humano eu sou — ou fui, como vêem — porque estavam a falar sobre segredos e o fascínio que eles têm. E eu digo-vos porquê: porque cada um de vocês sabe que o Ruburt tem os trajes mais estranhos — calças que não são calças, saias que não são saias. Cada um de vocês sabe, interiormente, que não há segredos, que tudo é conhecido. E por isso, quando alguém diz "tenho um segredo", todos entram logo em alvoroço...

(O resto da página está ilegível.)

Al contou que tinha recebido uma carta envenenada.

SETH – Agora, a pessoa que escreveu essa carta é, estranhamente, um homem muito jovem — entre os 24 e os 27 anos. Trabalha num

departamento próximo do teu — não necessariamente em termos espaciais, embora isso possa ser verdade.

Dá-nos um momento...

Comparativamente, é um fanático religioso e também político. A tua presença ameaça-o. Há também uma ligação com o teu filho — aquele que consumiu drogas e foi apanhado. Ele acredita que tu não tens moral, que és altamente permissivo.

Tu e a tua esposa ficaram perturbados com a carta precisamente porque, no fundo, ambos se questionam se talvez sejam demasiado permissivos.

A carta estava, de facto, cheia de ódio. Este homem está, no entanto, a projetar em ti a imagem do avô dele — um senhor extremamente afável, gentil e permissivo. Muito mais permissivo do que tu alguma vez foste. Quando esse jovem era criança, o avô tornou-se, digamos, *demasiado* permissivo — ao ponto de o molestar. A criança ficou em choque e, desde então, rebelou-se contra qualquer coisa que não fosse estritamente regrada.

Ele opõe-se a qualquer tipo de permissividade. A qualquer tipo de criatividade. As tuas invenções, pelas quais foste citado, também o incomodam profundamente.

Tu és mais velho do que ele — e, por isso, a imagem do avô surge-lhe imediatamente. Como bem deduziste, ele deve ser piedosamente compreendido. E sugiro que guardes a carta — e envies energia ao remetente.

Al – Acho que já não temos a carta.
SETH – Então pensa nela — e envia energia.
Al – E bons desejos?
SETH – Sim — mas só se não tiveres de os fabricar à força.
Al – Não tenho de os fabricar. Obrigado.
SETH – Três letras vêm-me à mente neste contexto: S, A, G. Pode haver uma inicial do meio que não capto — talvez um "A". Essas três letras podem ser iniciais ou parte de um nome.

(Para Eleanor) – E não grites comigo a dizer que estou a dar informação!

(Para Al) – Naturalmente, não estou a sugerir que a permissividade, em diferentes graus, conduzisse a uma situação como aquela de que falámos.
Al – Eu não quis dizer que estavas a sugerir isso.
SETH – Queria apenas garantir que percebeste bem.

Rick explicou que tipo de imagem achava que projetava — e porquê.

SETH – Tudo o que fazes, lá no fundo, está certo — e é isso que tens de aprender.
O Ruburt acha divertido o adjectivo "preocupado". Mas penso que tu te inquietas contigo mesmo — não como o gato com a cauda, mas como um cão com um osso.

Enterras-te. Depois desenterras-te. Depois dizes: "Eca!" E voltas a enterrar-te. E depois pensas: "Se calhar não sou assim tão mau…" E voltas a desenterrar-te. E cada vez não ficas satisfeito.

O que fazes é bom, o que és é bom. Só tens de te dizer isso até acreditares, porque é a verdade. És único. Não há mais ninguém nesta sala como tu, não há mais ninguém neste universo ou em qualquer outro universo como tu. És completamente único, e através de ti flui a energia de Tudo O Que É, num padrão completamente único, original e irrepetível. Por isso, o que tu és tem um significado e um propósito eternos, e ressoa por todo o universo. Os teus pensamentos mudam mundos – mundos dos quais tens consciência e mundos dos quais não tens.

Falo-vos no geral, mas falo também a cada um de vós individualmente, porque cada um de vós é único e sem igual, e Tudo O Que É flui por vós de uma forma que não pode fluir por mais ninguém. As experiências que tens só podem acontecer contigo, de forma precisa. O teu sorriso só pode ser dado por ti, de forma única. Podes sorrir a alguém de uma forma que nenhum outro ser humano, vivo ou morto, pode fazer. O toque da tua mão pode mudar uma vida de uma forma que nenhum outro ser, vivo ou morto, conseguiria. Influencias aqueles que conheces e aqueles que não conheces de formas que nenhum outro ser humano jamais poderia. Em cada um de vós reside uma singularidade que nunca será repetida, não importa quantas vezes reencarnem. O ser que és agora é único e, por isso, é de extrema importância que honres esse ser que és, através do qual brilha a vitalidade do universo. Honra-te como honrarias os deuses – assim, de facto, honras também os

outros. Negar-te é negar os outros, negar as verdades, a honestidade e, perdoa-me, a magia do universo que brilha através dos teus olhos e da tua pele. Então, por que razão haverias de dizer "estou errado"? És o reflexo de Tudo O Que É, como nunca antes foi refletido e nunca mais o será. Por isso, confia na natureza do teu ser.

E falo agora a cada um de vós: as vossas células reconhecem estas verdades; elas sabem o que são e cantam ao universo sobre o vosso ser. Então, devias cantar ao universo – como o conheces – com essa mesma liberdade e alegria. Rejubila com aquilo que és, cada um de vós, irrepetível, nunca mais a ser conhecido, e ainda assim eternamente renovado em mistérios que não podem ser compreendidos. Por isso, conhece-te. Honra-te.

Para o Fred: não comentei ainda a tua experiência porque levar-me-á uma noite inteira a fazê-lo. Quero ligá-la à experiência do nosso amigo aqui presente e também a costumes sexuais em geral. Por isso, não te sintas excluído. Vamos também usá-la como ponto de partida para mergulhar no significado dos sentimentos sexuais quando aplicados ao pensamento místico – o que, convenhamos, já é difícil de dizer, quanto mais de explicar.

AULA DE PES 23 de Maio de 1972

Após uma discussão sobre o tempo e a reencarnação, Seth surgiu:

"… E observa como sou cuidadoso com os preciosos óculos do Ruburt…"

Todo o tempo é agora, e toda a tua experiência é agora. Aquilo que és, aquilo que pensas ter sido, e aquilo que julgas que serás, existe agora.

Dou as boas-vindas àqueles que estão aqui esta noite e pela primeira vez. E tenho algo para vós. Existem de facto coisas que não podem ser ditas – qualidades e verdades que não podem ser pronunciadas. Tornariam a língua muda. E no entanto, podem ser insinuadas. E assim, haverá para vós uma canção de segredos dos Sumari, e gostaria que escutassem – não o que é cantado, mas o que não é cantado. Ouçam o que está entre os sons. E então, deem-nos um momento…

Os Sumari manifestaram-se e, após uma discussão sobre a canção, Seth regressou:

As respostas estão dentro de vós, mas aprisionam-se com as perguntas que fazem. Estão obcecados com perguntas. Quando deixam de perguntar, as respostas chegam e compreendem-nas sem palavras. Tentam compreender através da limitação, e isso não é possível. As vossas perguntas limitam as respostas que podem receber. Por isso, devem escutar sem perguntar.

Vêm aqui e querem saber: "Como posso usar e aplicar este conhecimento? Como posso tornar esta magia real? Como posso trazê-la à Terra e usá-la?" Mas quando compreendem, o conhecimento torna-se o que são, cresce convosco, e usam-no sem saber que o fazem – como uma flor usa a luz do sol. Assim que acham que aprenderam algo novo, querem saber: "Como posso usá-lo? Como posso mostrar que o tenho? Como posso provar a mim mesmo que este conhecimento é meu?" E assim tentam agarrá-lo e torná-lo físico de formas que consigam entender.

Assim que percebem que têm outros 'eus', querem saber: "Em que ano vivi? Em que ano morri? Fui homem ou mulher? Onde estão os registos? Como posso confirmar?" E, ao fazerem isso, limitam automaticamente o conhecimento e tentam reduzi-lo a termos que pensam compreender – e acabam com uma bela história. E pensam que essa história é real. Mas a história está dentro de vós, a desenvolver-se. Vocês são a história. São a pergunta e a resposta. Sintam-se. Sintam dentro de vós e sintam o que o vosso sentir sente. São o milagre que acham que não compreendem. É o que são. São o que é.

Por isso, não pensem em pôr isto em preto e branco, nem em questionar-se, nem ao Ruburt, nem a mim, nem a ninguém. São a pergunta e a resposta. A pergunta é indizível e também o é a resposta. Não existe uma resposta única.

Um momento em que sintam o que são – isso é uma resposta. Já disse muitas vezes: o conhecimento num único dedo do pé, dentro de uma meia escura, é uma resposta. São perguntas e respostas uns para os outros. E o que não é dito tem peso, substância e realidade. As minhas palavras são apenas um indício daquilo que sabem e servem apenas para vos guiar para dentro, para sentirem os milagres da vossa própria realidade. E lembrem-se de que essa realidade é alegre e solene, está viva, ressoa dentro de vós. E, mais uma vez, deixem que a vitalidade que canta através desta forma cante através da vossa, que dance na pupila do vosso olho e na ponta do vosso ouvido, e que se reconheça no tempo do Egipto, na vida de antes das pirâmides, e que se

reconheça nos vossos próprios seres e na vitalidade do vosso existir. Por isso, sintam a energia dos vossos seres e deixem-na preencher-vos. Deixem que desperte dentro de vós as respostas que não têm perguntas.

O Sr. Armadil comentou que temos o Livro das Revelações – e o Livro de (...) – dentro de nós.

Agora, ele é um homem que compreende o que estou a dizer, e quero que todos vós compreendam também. Quero que sintam dentro de vós o núcleo do vosso saber e do vosso não-saber, o núcleo do vosso próprio ser, tal como ele o conhece.

Já fui muitas vezes um homem velho, muitas vezes um homem jovem, muitas vezes uma mulher jovem e muitas vezes uma mulher velha – mas o mesmo se aplica a vós, à maioria de vós. E essas realidades estão dentro de vós agora. Não estão concluídas nem terminadas. O tempo não é um livro fechado. Vocês são o que ele é. Vocês são o que Tudo O Que É é. E por isso, sabem todas as perguntas que possam formular, e todas as respostas que possam dar a vós próprios.

Jane pediu a Florence que explicasse o que Seth acabara de dizer. Florence respondeu que Seth disse ter vivido muitas vidas.

"Gosto sempre quando o Ruburt pergunta à Florence, a nossa Senhora de Veneza, o que estou a dizer – porque ela sabe sempre muito bem, mas recusa-se sempre a dizê-lo. Eu também já vi entre muitas vezes."

Florence comentou a semelhança entre o retrato de Seth e o Sr. Armadil.

"Os deuses têm sentido de humor, e é tudo o que tenho a dizer. O que ele tem para dizer, não sei. Mas tudo o que tenho a dizer é que os deuses têm um maravilhoso sentido de humor."

AULA DE PES Maio de 1972

Jane sugeriu que a próxima aula fosse sobre projeção astral, mas alguns membros pediram para adiar, pois não poderiam comparecer. Seth surgiu:

"Então, para a próxima semana, teremos uma sessão acolhedora de perguntas e respostas."

Eleanor: “Essa sugestão foi minha há imenso tempo, e agora é quando não estarei presente que a vais fazer…”

“Segundo tu própria, eu não respondo a nenhuma pergunta de qualquer forma, portanto não vais perder nada…”

É bom para todos vós quando não monopolizo a aula e quando vos permitis surgir discretamente e mostrar-vos aos outros na turma. Muitas vezes, manifestam-se emocionalmente ou intelectualmente, mas raramente das duas formas ao mesmo tempo. E como já terminámos com os segredos da temporada, em breve haverá uma noite em que vos faremos surgir emocional e intelectualmente, e mostrar-vos verdadeiramente. Poderão até surpreender-se com o que mostram. Poderão até encontrar-se com um vislumbre do que realmente são.

Agora, gostava que sentissem a energia que reside dentro de vós. Reconheçam que essa energia contém as respostas às vossas perguntas. E se aceitarem as respostas, surgirão novas perguntas. Mas se as respostas vos forem dadas sem esforço, não vos conduzirão necessariamente a novas questões, mas a becos sem saída – e eu não acredito em levar ninguém a becos sem saída. As portas abertas surgem quando olham para dentro de vós, através de vós, até às camadas mais profundas do vosso ser. Cada resposta leva a uma nova pergunta. E cada pergunta leva a uma nova realidade. Mas, se forem capazes de abandonar a pergunta, chegarão lá mais depressa.

Mais uma vez, quero que sintam a vossa própria vitalidade – sintam-na nas pontas das orelhas, nas pontas dos dedos dos pés, nas extremidades do vosso cabelo, a vibrar à volta da vossa imagem. Sintam-na a emergir do centro da criatividade para formar a vossa forma. Sintam-na, reconheçam-na como vossa, e sigam os vossos próprios caminhos para dentro, através do conhecimento miraculoso que vos pertence e que é parte de vós. Deixem que vos encha de exaltação e vos eleve por todas as partes do vosso ser. Elevem-se dentro de vós e gritem, chamem o vosso nome – e o universo responder-vos-á.

Cada flor individual sabe que é ela mesma e que não há outra igual; então, conheçam-se como únicos, como nenhum outro, e elevem-se dentro de vós e

reclamem o vosso direito de nascimento – que é o direito de nascimento das estrelas e dos deuses, desde tempos imemoriais, nos vossos próprios termos.

E assim, envio-vos de bom grado as bênçãos que tenho. E as bênçãos que não tenho, terão de as encontrar por vós próprios.

Hugh explicava a Jane o que Seth tinha dito quando este voltou a manifestar-se:

"Remeto-vos sempre para a única autoridade – e, com a minha mensagem, impeço-vos de me usarem como autoridade. O que sabe todas as respostas. Eu remeto-vos para a autoridade que é o Eu. O Eu que existe em cada um de vós. E o meu papel é ensinar-vos a seguir os caminhos interiores que conduzem ao Eu, pois as respostas de um homem nunca são iguais às de outro. E deveis encontrar os vossos próprios caminhos."

"Fizeste um excelente trabalho. Só queria acrescentar um entusiástico pós-escrito."

"Falei também directamente a outra pessoa e essa pessoa não está a contar ao Ruburt. E ela sabe."

"Agora, espero ver brevemente alguns passos ousados no plano astral da parte da maioria de vós. E quando tiverem a sessão sobre experiências fora do corpo, começaremos. Responderei a todas as perguntas que tenham sobre essas experiências – mesmo que não me sejam feitas de forma muito respeitosa. São as vossas ideias de limitação que vos impedem de perceber o que já fazem no estado de sono."

(Para Al O.): "E não há razão para que não te recordes. Também espero, da tua parte, uma nova invenção em breve – por isso lembra-te de que te o disse. Podes receber os primeiros indícios num sonho. Mas, mesmo que não te lembres do sonho, espero uma nova invenção da tua parte – e em breve."

Agora despeço-me de todos com um caloroso "boa noite", e volto a lembrar-vos: sintam a vossa própria energia.

E o meu amigo ali no canto – não o primeiro Al, mas o segundo Al – retira a sua vitalidade da Terra. Compreende-a e ama-a. Está envolvido num

reconhecimento psíquico da Terra. Sente-se parte dela. Retira força dela, mas também dá força à terra que trabalha.

Assim, não esqueças a importância do universo físico em que habitas. Não te esqueças da energia que realmente nasce da alma da Terra, pois é ela que faz crescer árvores, flores e montanhas — tal como tu lanças ideias. A paisagem interior da Terra brota da alma da própria Terra, e da mesma forma os teus pensamentos erguem-se e tornam-se paisagens em outras camadas dimensionais que nem sequer percebes. Por isso, sê grato pela tua parcela de criatividade.

E, novamente, antes de me ir embora, sente a tua própria vitalidade. Não escutes apenas as minhas palavras — faz o que te digo e sente dentro de ti essa vitalidade que é tua, que faz parte das estrelas e das estações, que brota da criatividade do teu próprio ser, que dá brilho aos teus olhos, que dá mobilidade ao teu cotovelo, que faz o ar entrar e sair do teu corpo físico. (Para o Rick) — aquela energia que, como diz o Ruburt, te faz "assombrar" o universo... Que parte de ti é essa que se espanta com o próprio universo? De onde vem essa energia? Então, és tu que te espantas a ti mesmo. Encontra essas partes e reconhece-as. Caminha pela rua à noite e cumprimenta-te — pois tu és as árvores, as folhas, o passeio e os carros que passam velozmente. Conhece-te. E, quando agradeces, agradece também a ti próprio.

E assim me despeço com um "boa noite", e espero ter-te apresentado a ti mesmo.

AULA DE PES de 13 de Junho de 1972

Após uma acesa discussão entre alguns membros da turma sobre o vinho, sobre a repetição de certos métodos quando havia novos participantes e sobre a sensação de que a turma não progredia tão depressa quanto devia, Seth surgiu...

Quero que percebam que isto é um exercício sobre a natureza da vitalidade, e falo para todos, e minha querida amiga aqui presente (Ruth), falo também contigo. Isto é um exercício sobre a natureza da espontaneidade e da vitalidade — e nisso há também espiritualidade e uma grande energia. E é tudo o que tenho a dizer. Agora calar-me-ei e deixo-vos falar.

Jane perguntou à Ruth se queria partilhar com a turma o tipo de problemas com que lidava. Ela falava de demónios quando Seth interveio...

Minha querida doutora, há alguém nesta sala que tem precisamente medo dessa situação — um dos alunos — e por isso sugiro que faças uma analogia diferente.

Ruth: Obrigada.

Isabel perguntou a Ruth porque é que ficava em casa aos fins de semana a limpar, quando, na verdade, queria sair e fazer outras coisas.

Ruth: Sabes o que devias fazer? O que realmente devias fazer? Sugiro que o faças numa segunda ou terça-feira...

Ruth: Sugiro que o faças numa noite de segunda ou terça-feira. Deixa a tua vida de fantasia correr livremente, sem te preocupares com consequências ou moralidades ou qualquer outra coisa. Permite-te verdadeiramente imaginar o que gostarias de fazer nesse fim de semana. Vês? Se o fizeres numa segunda ou terça, não corres o risco de agir por impulso — e assim poderás dar-te conta do que, de facto, estás a tentar impedir-te de fazer ao limpar a casa e ao fazeres esse ato tão nobre durante todo o fim de semana.

Essa é uma excelente sugestão e tenho algumas outras. Irás aprender métodos que te permitirão descobrir por ti própria os motivos — e essas descobertas virão de ti. Poderás perceber qual é o verdadeiro significado, o que representa a limpeza, o que estás a tentar limpar, e o que te parece impossível de limpar no fundo da tua mente. Que situação no teu íntimo achas que exige tanto trabalho e atenção que não pode funcionar por si mesma — a menos que a vigies, a polas e brilhes frequentemente?

Mas tudo isso irás aprender por ti mesma. E o que a nossa amiga aqui disse é também um bom exercício que te permitirá conhecer melhor a mobilidade dos teus sentimentos. E é só quando ignoras e não confias nessa mobilidade emocional que ela se endurece — e, por isso, sentes que precisas de defesas, achas que é errado, mau ou até demoníaco...

(trecho em falta)

AULA DE PES de Julho de 1972

Após uma discussão sobre a recente inundação e a ideia de que criamos a nossa própria realidade, Seth voltou a surgir por volta das 22h50 — a sua primeira presença na aula desde 13 de Junho.

Quero que saibam que não bani esta aula — mas estão a aprender coisas por vós próprios, e isso é bom. Estão a olhar para dentro e a trabalhar convosco mesmos, como de facto devem fazer.

Mas não queria ferir os vossos sentimentos, e quero que saibam que estou atento ao vosso progresso — e ao que alguns de vós pensam ser a vossa falta de progresso.

Agora, o nosso amigo aqui — este mesmo (Richard) — teve alguns pensamentos muito acertados. Quando passam por estas experiências por vós próprios, isso é extremamente importante — e então compreendem o que estou a dizer.

Não queria que pensassem que fui levado pela inundação!

E quero também que saibas (Richard) que a tua experiência da semana passada foi perfeitamente legítima. Cabe-te interpretá-la. Refiro-me à aula. Há mais a ganhar com essa experiência. Mas não quero que a esqueças. Há algo nela que ainda não recordaste — um aspeto sobre o qual não te concentraste.

E agora, quero que todos vós, ao lerem o meu livro, façam os exercícios — não apenas uma vez, mas muitas vezes.

Por vezes é bom que eu tome o palco e fale convosco, mas também é bom que vocês o façam. Tenho-vos dado esse espaço há algum tempo — e quero ver o que fazem com ele.

Agora, como certamente já deviam saber, vocês criam a vossa própria realidade — nesta vida e para além dela, em todos os contextos. Não só não existem acidentes, como moldam até o mais ínfimo aspeto da vossa experiência — num rico conjunto de interações que envolvem trabalho profundo com vocês próprios e com os outros. Aceitam as experiências que decidem aceitar e rejeitam as outras. E ninguém toma essa decisão por vós.

Portanto, não existe nenhuma agência fora de ti próprio. Nesse sentido — na vida como a conheces — tu és o criador. Não estou a dizer que crias toda a vida fora do teu próprio contexto, mas estou a dizer que, no contexto que conheces, tu és o criador.

E assim, despeço-me com um caloroso "boa noite"…

Eleanor dirigiu-se a Seth: "Quando criamos esta realidade nossa, todas as partes do nosso ser participam nessa criação?"

Elas participam, sim — à sua própria maneira. Estão conscientes da tua experiência, assim como tu estás inconscientemente consciente das experiências delas. Usam a tua experiência conforme lhes convém, tal como tu usas a delas conforme te convém.

Ellie: "Agora dizes que elas estão conscientes das nossas experiências, mas nós estamos inconscientemente conscientes das delas. Porque é que elas estão conscientes das nossas, e nós só das delas inconscientemente?"

Parece-me que deverias responder a essa pergunta pessoalmente. Porque é que tu, pessoalmente, estás inconsciente dessa actividade?

Vês, o que fizeste foi criar divisões onde elas não existem.

O "inconsciente" é apenas um termo — ele é consciente — quando te permites estar consciente. Tal como o nosso amigo aqui, que de repente se deu conta de pensamentos que se tornaram conscientes, embora normalmente os ignorasse. Assim também tu, nos teus termos, podes tornar-te consciente dessas experiências.

Agora, alguns níveis, alguns aspectos da tua identidade total — nos teus termos — estão conscientemente conscientes da tua experiência. Outros estão inconscientemente conscientes. Mas, psicologicamente e no rico conjunto do teu ser, todos esses eventos interagem e existem simultaneamente. À medida que aprendes e te desenvolves, tornas-te cada vez mais consciente do conteúdo da tua… (palavra perdida)

E agora, despeço-me de novo com um caloroso "boa noite" e devolvo-vos o palco… (um palco seco).

AULA DE PES 15 de Agosto de 1972

Na semana anterior, a aula incluiu uma discussão sobre um "não-evento". Na sessão regular com Seth, em 14 de Agosto, ele ofereceu material para ser lido na aula seguinte. Nesse material, referia-se à "origem do inconsciente".

Na discussão que se seguiu, Hugh perguntou: "Qual é a origem do inconsciente?" Seth respondeu:

Há uma forma de responder à tua pergunta sem qualquer dúvida — observa os movimentos gentis com os preciosos óculos do Ruburt! Há uma forma de responder à tua pergunta, sem dúvida: é seguires o teu próprio inconsciente até à origem. Mas essa origem levar-te-á a outra origem. E seguirás até uma origem além dessa origem. E nenhuma dessas origens será inconsciente.

Quando perguntas de onde vem o inconsciente, partes do princípio de que estás separado de algo chamado "inconsciente" — que é diferente de ti próprio — e que não pode perceber como percebes. Que, nos termos usuais, está inconsciente, adormecido.

Mas és tu quem está adormecido, todos vós estão, em relação a essas partes de vós que consideram inconscientes. A vossa mente consciente dança uma melodia — não sobre uma cama de inactividade e inconsciência — é, se me perdoam a analogia, apenas uma flor num jardim de consciência. E nenhum desses jardins dorme.

Todos estão conscientes, nutridos, em crescimento. Só tens de caminhar por eles e percebê-los. Por isso, a origem do inconsciente está dentro da entidade viva que és — e ela é forte, vital, consciente e conhece-te.

Escuta — as vozes do inconsciente que falam com grande intenção e conhecimento conscientes. Escuta — os sons da actividade que respiram dentro da tua imagem corporal, essas partes inconscientes de ti que são suficientemente conscientes (imitando a postura de Hugh à mesa, com o queixo apoiado na mão) para saber como segurar o teu braço e manter a tua cabeça erguida, mesmo quando tu próprio não sabes como o fazes. E, novamente, isto aplica-se a todos vós — o inconsciente não é um "não-evento".

E a minha aparição também não é um "não-evento"!

Na discussão que se seguiu às palavras de Seth, Hugh comentou que parecia que Seth o estava a "perfurar" com as suas respostas.

Apenas estava a direccionar a minha energia na tua direção para te ajudar a encontrar as respostas por ti mesmo. Não estava a "invadir-te". E, se te fizer sentir melhor, direi que a tua consciência é uma flor muito bela. Não quis diminuí-la.

Seguiu-se uma discussão geral. Carrie falou sobre a dificuldade em direcionar os pensamentos na direção certa. Carlos sugeriu que um dos problemas básicos era a nossa obsessão com o que "devemos" ou "não devemos" fazer, ou com o que a sociedade acha que "devemos" ou "não devemos" fazer.

Não deviam usar a palavra "devem". Concordo. Eu também não a usarei. Por isso, não vou dizer: "Deviam simplesmente concentrar-se em ser." E não posso dizer: "Têm de se concentrar em ser" — porque isso é ainda pior do que "devem". Então, direi: "Seria muito mais agradável se se concentrassem em ser." Ponto final.

Por outras palavras: direccionem a vossa atenção para a vitalidade que habita em vós. Sintam a vida que flui através de vós.

(Voltando-se para Carlos) — *Não deves fazer de outra forma*.

E acrescentarei ao que o nosso amigo aqui disse: concentra-te, então, nos aspectos alegres que existem dentro de ti — aqueles aos quais fechaste os olhos. Sente a tua própria vitalidade. Pode ser uma vitalidade ruidosa. Desfruta-a. E os "deves" serão lavados, os "gostarias" desaparecerão, os "tens de" dissolver-se-ão — e tu simplesmente serás. Não precisas de nenhuma justificação para seres. És porque és.

Agora (para o Carlos), vou ficar calado porque "devo", para que tu possas falar.

Seguiu-se uma discussão geral, e Seth voltou-se para Carrie:

Ser é a coisa mais fácil do mundo. Tu estás a ser, simplesmente, enquanto nos contas como é difícil simplesmente ser. Estás a ser sem pensar nisso.

Carrie: “Então como é que se juntam o pensar e o ser?”

O pensar e o ser fazem ambos parte de um só todo. Não há divisão — o teu pensamento é uma parte do teu ser. Não há separação. Deixa o teu pensamento acontecer.

Tenta pensar sem seres — e depois faz-me outra pergunta!

Agora (para a Carrie), o teu pensamento — (de lado, para o Carlos) — e eu “não devia” estar a explicar-lhe isto — (voltando-se para Carrie) — o teu pensamento é uma característica do teu ser. Parar de pensar, portanto, é negar uma das características que agora aprecias. Podes compreender o teu ser através do pensamento, assim como o podes compreender através do sentir.

Carrie: “Então tu deves perceber melhor como combinar os dois?”

Os dois já estão combinados. São aspectos diferentes. Foste tu que os colocaste um contra o outro. São duas faces da tua percepção. Não te podes tornar mais vívido tentando “despensar”. O teu “pensar” é tão natural para ti como as folhas são para as árvores. Como poderia uma árvore dizer: “Para compreender o meu ser, tenho de largar as minhas folhas!”... Agora, *despensa* essa!

Seguiu-se uma discussão geral, incluindo planos para a semana seguinte — como testes de percepção e tentativas de sair do corpo.

Já disse a alguns de vós (vejam só com o que tenho de lidar...), já disse isto noutras ocasiões. Mas direi esta noite, a quem está presente: vou ajudar-vos a sair dos vossos corpos, se quiserem. E (para a Isabelle), serei gentil! Não quero assustar-te até à morte só por tentar ajudar!

Muitos dos alunos sabem disto — esta noite estiveram a falar dos Sumari e da natureza do som. E por isso, quando falo alto… faço coisas com o ar…
(em voz muito alta) — E mudo a vossa realidade, pois os sons têm uma vitalidade a partir da qual mundos foram criados. E a energia flui através de canais abertos. E esta voz mostra-vos que essa energia está disponível, é real e vívida...
(em voz baixa) … e amigável.

Agora, despeço-me de todos com um caloroso "boa noite", e espero ver alguns de vós a vaguear por aí — mesmo que tenha de dar-vos um pontapé e gritar: "Fora! Para fora!"

Sou um tipo muito amigável, e não há razão para terem medo de mim. Vou sorrir encantadoramente — mas quero que percebam que o espaço está cheio de energia e que vós estais cheios de energia — e que os sons têm um significado para além das palavras.

Agora, despeço-me com um entusiástico "boa noite"... porque "devo".

AULA DE PES 22 de Agosto de 1972

A aula começou com uma discussão geral sobre experiências em estado de sonho durante a semana anterior. Hugh comentou que, numa ocasião, teve a impressão de estar a receber uma instrução intensa, mas não se lembrava de quem, nem sobre o quê. Sugeriu que talvez fosse uma continuação da "palestra" que recebera de Seth na semana anterior. Seth surgiu:

Não te dei nenhuma palestra! Considerei aquilo uma conversa amigável. E alguém mais também te estava a dar uma conversa amigável, enquanto dormias — e aí, não podias responder. Limitaste-te a ouvir. Queria apenas que soubesses que não estava a pregar-te uma lição — foi uma "não-palestra"!

Jane leu o material sobre os "não-eventos" que Seth lhe dera na semana anterior.

Carlos relatou um sonho muito vívido onde estava com um cão pastor alemão. Seth explicou:

Quero explicar-te o significado do sonho, porque quero que vejas como os sonhos funcionam, como tu os crias e qual a sua importância, para que saibas interpretar os teus próprios sonhos.

O sonho representava várias coisas para ti. E, evidentemente, também o cão. O cão era um símbolo da expressão física por um lado, da vida e do corpo físicos. E, devido ao teu próprio interesse, em outro nível, o cão era um símbolo da história física, ligado ao teu artigo.

Mais uma vez, a acção do sonho tinha vários significados, e estavas a dar a ti próprio uma excelente lição psíquica.

Historicamente, nesse nível, estavas a explicar-te a forma como a energia é projectada para fora do ser, em experiência física — à escala nacional. E, nesse caso, o cão representava a experiência física das nações, em ligação ao teu interesse no artigo que escreveste. Representava a dupla natureza da história: as guerras — como quando projectaste forte agressividade e o animal violou — e os períodos de paz. E, num outro nível ainda, essa acção representava outra coisa: quando projectas esses sentimentos sobre o corpo, ele também se alarma, zanga-se, e luta contra ti — o Eu interior que projectou esses sentimentos sobre ele.

Ao mostrares-te esses eventos, voltaste a eles vezes sem conta, mudando a expressão e a acção, até teres aprendido a lição. Foi um exemplo excelente. És um óptimo auto-professor.

Mas quero que todos vós olhem para os vossos próprios sonhos com esta perspectiva — pois estão constantemente a ensinar-se a si próprios.

Eu não ladrarei, por exemplo — nem me transformarei no Jonathan Livingston Seagull para bater asas e voar para longe.

Depois da pausa na aula, Carlos e Rick tentaram, a pedido da Jane, continuar uma conversa que estavam a ter durante o intervalo. O tema era sobre os prós e contras da Meditação Transcendental. Seth entrou na discussão:

Ele (Ruburt) está determinado a deixar crescer o cabelo outra vez, por isso teremos de aguentar isso por mais tempo!

Tenho uma observação a acrescentar, se perguntarem ao Ruburt se estou convidado para participar na parte de conversa da aula.

A minha ideia de meditação é o "banho de Sol Sumari" — e podem fazê-lo da forma que quiserem. É um deixar-se estar no ser (para a Carrie).
Tu (Jeff), banha-te no teu ser!

Muitos de vós vêm até aqui e depois vão-se embora, muitos percorrem grandes distâncias. Todos vêm por razões próprias — e todas essas razões têm a ver com o vosso ser. E o Sumari é um aspecto do ser.

O nosso amigo ali no canto (Fred) tem algumas observações que partilhou com o Ruburt anteriormente, mas ainda não teve oportunidade de as expressar em aula, por isso deixo que ele continue esta nossa conversa.

Fred comentou sobre a sua impressão do ambiente mais solto e exteriorizado da aula, em contraste com a intimidade de algumas sessões anteriores.

Jane apresentou um exercício de observação de aspectos, seguido pelas impressões recebidas por vários membros da turma. Florence questionou até que ponto a imaginação estava envolvida nesse processo. A pergunta foi então: "O que é imaginação?" Seth respondeu:

Vou despedir-me, mas antes tenho uma palavra para a nossa Senhora de Veneza – e é esta:

A imaginação é um veículo extremamente importante, pois dela nasce a vossa consciência atual. Porque tu imaginas-te vivo!

A imaginação é o crescimento do ser, e não há irrealidade nesses termos (sublinhado no original).

Agora, se quiseres reformular a tua pergunta em termos do que é fisicamente variado, então isso é outra coisa. Mas vê, a imaginação também te faz fisicamente variado. Por isso, estás apenas a pensar em diferentes aspectos.

Estás a perguntar: "Em que aspecto é que esta experiência se está a mostrar, e em que aspecto não se está?" — e é daí que vem a tua pergunta sobre imaginação. Porque, nos teus termos agora, e usando a tua linguagem, um evento imaginado é tão real como um evento fisicamente materializado.

E agora, depois de uma aula tão imaginativa — que espero sinceramente que tu (Hope) escrevas para a tua aula de escrita criativa — despeço-me com um caloroso "boa noite"… a ti… e a todos os teus aspectos.

Em muitos casos — não todos, mas muitos — seria melhor confiares na tua imaginação do que naquilo que consideras bom senso (para Florence).

Se realmente acreditasses que podias voar, por exemplo, e seguisses as tuas fantasias, então estarias muito mais avançado nas tuas viagens fora do corpo.

Não tem havido muito tráfego! Não tenho estado lá em cima com semáforos vermelhos e verdes — porque andam todos numa confusão a tentar avançar.

Lembra-te do banho de Sol Sumari. Banha-te na alegria de ti mesmo.
Dentro do corpo e fora do corpo — na imaginação e fora da imaginação.
E como já disse antes: escuta a música tola e desejosa dos átomos dentro do teu dedo mindinho!

Despeço-me, então, com um caloroso "boa noite". As bênçãos que tenho para te dar, dou-as. As que não tenho, terás de encontrá-las por ti próprio.

E tu (Carlos) tens a resposta à tua pergunta dentro da tua própria mente. Eu sei disso — e quero que a encontres. Não precisas de as encontrar — deixa que elas te encontrem. Estão dentro da realidade ensolarada do teu próprio ser. Estás a ir tão bem, vê tu, que sei que vais deixar essas respostas virem até ti.

Carlos: "Impaciência, impaciência!"

Foste tu que disseste isso, não eu.

Florence relatou a Jane o que Seth tinha dito sobre a imaginação, e Jeff interveio com uma definição do termo dada por Thomas Hobbes. Florence continuou, e Seth interrompeu:

Não é o Hobbes — e ele também já mudou um pouco as suas ideias, deixa que te diga!

Ele era muito meticuloso, mas já não o é tanto. Nem é, nesse caso, assim tão erudito agora. Permite-se usar — se me permites o termo — a sua imaginação muito melhor do que antes. Já não está tão ansioso por estabelecer regras e regulamentos. E agora, perdoa-me — e por favor, continua.

Florence continuou, e Seth voltou:

Disse que não havia diferença, nos vossos termos, entre um evento imaginado e um evento físico.
Essa é a principal coisa que quero que recordem.

AULA DE PES 29 de Agosto de 1972

Jane começou a aula apresentando um convidado: o escritor Richard Bach, cujo livro *Jonathan Livingston Seagull* tinha sido discutido nas últimas duas sessões. Dick contou-nos como a história de *Jonathan* se desenrolou. Curiosamente, apesar de ter "escrito" a história, ele não se considerava o autor.

Logo após o primeiro intervalo, Seth surgiu:

Os Sumari regressam a casa! Voam para casa!
E, por vezes, quando estão fora do corpo, sentem saudades dos seus aviões. Muitas vezes — e não estou a olhar para ninguém em particular (os olhos estão fechados) — muitas vezes, quando esses Sumari vão a voar, sonham que estão a pilotar aviões. E sem o avião, ficam preocupados. E por isso, alucinam o avião.

Por isso, sugiro que quando tentarem sair do corpo, por um tempo, imaginem o vosso avião.

Agora, ia pedir-vos a todos — e talvez ainda o faça — para explicarem ao nosso amigo aqui (Dick), que na verdade já sabe, o que é o Sumari. E mais tarde, como és tão esperta (para a Peta), quero que sejas tu a começar. Mas primeiro, creio que o nosso "gaivota" aqui merece uma canção Sumari de boas-vindas. E, por isso, se derem um momento ao Ruburt — regressarei, mesmo que não soe como uma gaivota.

(Uma canção Sumari de boas-vindas a Dick.)

Seth voltou e falou com Pete:

E agora, espero uma definição de Sumari para o nosso amigo aqui (Dick), e estarei a ouvir — pois os Sumari regressam a casa, mesmo os que ainda não se aperceberam de que são Sumari.

Pete e Dick discutiram o conceito de Sumari. A conversa evoluiu para o som e o seu efeito sobre o corpo físico. Nancy falou sobre os seus filhos e sobre como pareciam estar doentes com frequência, o que a fazia estar constantemente preocupada com eles. Seth interrompeu:

Era a tua vocação. Agora, é o teu passatempo. Podes continuar.

Nancy comentou que Seth nunca a levava a sério. Seth respondeu:

Levo-te sempre a sério. O facto de te tratar com um humor terno não significa que não te leve a sério.
Agora, diz ao Ruburt o que eu disse.

Nancy transmitiu os comentários de Seth à Jane, e Seth voltou, dirigindo-se primeiro à Nancy:

Então por que motivo regas os teus medos como se fossem ervas daninhas, garantindo que crescem?
Quero que tu (para Mary Ann) ouças isto também. Tu estás envolvida na cura — é o teu interesse. Mas também precisas de encontrar a paz da tua existência numa área onde a doença não exista, ou serás inevitavelmente arrastada para essa aura.

Tens de começar, de forma intencional, a concentrar-te nos organismos saudáveis — e não imaginar os doentes. Seria melhor se deixasses de pensar em "saúde", porque, para ti, saúde também significa doença.

Estás num nível onde os opostos parecem existir — mesmo que na verdade não existam. E, por isso, quando pensas no bem, pensas no mal. Quando pensas em saúde, pensas em doença. Seria melhor que, quando esses pensamentos te ocorressem, mudasses completamente o foco para outra área. Descobre uma área que te entusiasme — e nela encontrarás energia e paz. Pensamentos que te envolvam de forma ativa e criativa — onde percebas que, ao lidares com saúde e doença, estás a lidar com sombras.

E agora, fico em silêncio para que vocês possam falar — e é melhor que falem! Talvez vejas (para Dick) por que razão não tivemos sessão esta tarde. Houve um motivo — não estavas pronto como estás agora. E agora estás pronto para muito mais do que uma sessão.
Eles já sabem o que ando a fazer — apanharam-me! Mas quero que também tu percebas aquilo que pensas que percebeste.

(Em voz alta…) A energia que está dentro de ti — REIVINDICA-A!
Deixa que ela preencha o teu ser, estejas acordado ou a dormir. Deixa que te eleve durante o sono, como um avião te eleva quando estás acordado. Sente

essa energia e eleva-te com ela.
E pensa na palavra "consolar" — porque é importante para ti, é uma chave.

Agora, deixa que estes pensamentos — se não esta voz grave — voem pela tua mente com a leveza do Jonathan. E o Jonathan pisca o olho… e eu também.

(Seguem-se discussão geral e o retorno abrupto de Seth.)

A palavra "console" poderia ser também "consule"...

Seguiu-se então uma encenação dramática Sumari, aparentemente com Dick, Sue e Nancy. Depois houve uma nova canção curta em Sumari e discussão geral, onde Dick partilhou a sua interpretação. Seth voltou:

Não devia citar-te… mas "velhas gaivotas nunca morrem — apenas voam para longe!"
Tens razão — exceto que o nosso amigo aqui também conheceu Nadine, e tu conheceste-o nessa existência. E houve uma ligação com a nossa amiga ali no canto (Nancy).
E é tudo o que vou dizer. Quero que ouçam e sintam por vós mesmos as ligações — como foram passadas através do som.
Porque os sons em si têm um significado para o vosso ser. Os sons são o significado. E é isso que quero que aprendam — e é por isso que tento levar-vos, de tempos em tempos, para além das palavras — e para dentro do som.

(Segue discussão geral. Seth volta-se para Rich.)

Tu és. Tu estás a ser. Se queres compreender o que é reencarnação, então examina este instante do teu ser. Porque é agora. Se queres saber o que é ser, então glorifica-te no canto do teu ser, agora — pois dentro dele está todo o tempo, tal como alguma vez o compreenderás.

E a partir deste momento, tal como o entendes, todas as realidades fluem e são criadas. E a partir deste momento, estendes-te e tocas todos os "eus" que és, todas as vidas que existem. Não estão separados de ti. Não há barreira entre aquilo que pensas ser agora e o que achas que serás amanhã.

Ruburt disse isto hoje mais cedo — e temos falado nisso com frequência:
O velho existe quando a criança nasce. A agonia da morte é o grito de

nascimento. Existem ao mesmo tempo. Só tu é que fazes a separação — a ilusão do tempo.

A beleza, a vitalidade e o ser são tão fortes e vívidos no corpo quando a alma parte como quando a alma chega. Mas pensas que não é assim. Acreditas que vens da vida, da força, da juventude, da liberdade… e saltas para a velhice, fraqueza, decadência, morte, perda.

E quanto mais acreditas nisso, mais a tua vitalidade esmorece. Por isso, compete-te acreditar no eterno agora do teu ser. Compete-te saltar alegremente entre os dias da tua vida — olhar com prazer para o ontem e o amanhã.

Abre as tuas asas e voa para novos mundos — que, na verdade, não são novos. Apenas a tua descoberta "presente" é nova. E assim, peço a cada um de vós que reconheça, neste instante, dentro de si: o núcleo da vossa energia.

Agora sente dentro de ti o eco da minha voz — que é o núcleo da tua própria energia — que ressoa continuamente em ti. Deixa que te sirva como ponto de unidade e força — a partir do qual possas elevar-te, a partir do qual possas contemplar a integridade do teu ser, e a alegria da tua força, independentemente da tua idade ou circunstância.
A partir do qual possas sentir a eterna e jubilosa vitalidade do teu ser.

E depois, se quiseres, imagina uma gaivota solitária — e sê.
A gaivota é. Ela não questiona a integridade nem a justeza do seu voo — e tu também não deverias questionar a tua.

Nesse espírito, encontra e toca com o dedo a criatividade lúdica dentro de ti — e desfruta-a. E banha-te no "sol Sumari" do teu ser — todos vocês podem usá-lo.

Discussão geral, incluindo Rich e algumas perguntas que tinha em mente sobre reencarnação e barreiras. Seth voltou, dirigindo-se primeiro ao Dick:

Na consolação benigna do universo, escuta as palavras dele. E, nessa consolação benigna — verdadeiramente, na energia divina e bem-humorada de Tudo O Que É — sente o seu nascimento, a integridade e a individualidade do seu ser.

E então compreendes a palavra "console" e a ligação entre "console" e "consule".

E tu (para Rich), estás a fazer um trabalho muito bom, de facto.
Não tinha intenção de te usar como exemplo, mas tornaste-te um excelente exemplo — por várias razões.

O meu amigo Ruburt vê este aqui (Rick) como alguém que "assombra o universo". Mas não te vê da mesma forma, pois há, de facto, uma grande diferença.
E, mesmo assim, ao sentares-te, pensar, e colocares as tuas perguntas, fazes isso não apenas por ti — mas por muitos outros.

E por isso, as respostas que são dadas são para ti — e, através de ti, para muitos mais.

AULA DE PES 5 de Setembro de 1972

Após a primeira pausa, a discussão girou em torno do Sumari, do som, do não-som e do silêncio. Seth apareceu:

Esta deve ser a vossa noite, e não a minha. O que significa, nos termos do Ruburt, que queremos puxar algumas preciosidades de vocês. Já fizemos um bom trabalho até agora — e também temos novos Sumari. Não existe tal coisa como Sumari "velho"!

Pete perguntou a Seth como é que ele percebia que alguns novos membros da turma não eram Sumari, mas pertenciam a outras famílias...

Nem todos os Sumari são omnipotentes! Se o Papa não é omnipotente, os Sumari também não são! Agora, um Papa Sumari, aí é outra história!
Fui menos omnipotente quando fui Papa — e mais confuso, excepto no que dizia respeito à minha amante preferida — e sobre isso, nunca estive confuso!

Agora quero que façam uma coisa. Quero que escutem — fechem os olhos se quiserem (longe de mim pedir que alguém feche os olhos se prefere tê-los abertos!) — e traduzam o que ouvem em termos da vossa própria experiência. Agora, deem-nos um momento...

(Seguiu-se uma canção Sumari, após a qual os membros da aula partilharam as suas impressões.)

Rich falou do seu eu interior e do que parecia ser uma tentativa desse eu de lhe transmitir um sentido de responsabilidade. Seth respondeu:

Tenho pena de quem sente que tem de carregar uma responsabilidade tão enorme às costas. A tua responsabilidade, nos teus termos, está em reconhecer a alegria do teu ser e expressar os seus muitos aspectos. Quando expressas o teu ser, cumpres automaticamente as tuas responsabilidades.

Quando pensas em responsabilidade nesses termos, parece que estás a tomar algo estranho a ti e a carregá-lo, a suportar o peso. E logo pensas que tens de ser sério, sisudo, digno, adulto, quase santo, e garantir que te realizas. Mas quando te deixas ir, realizas-te naturalmente.

Se me perdoas usar novamente esta analogia — consegues imaginar uma flor no jardim a dizer de manhã: "Tenho de cumprir as minhas responsabilidades, portanto, as minhas folhas devem abrir-se assim-assim (faz gesto), e a minha cabeça deve estar erguida e firme, e devo sorrir ao sol!"

E então, enquanto essa pobre flor iludida tenta cumprir esse "dever", a cabeça fica pesada, os lábios caem — porque tem de garantir que faz tudo certo!

Mas quando a flor se esquece disso — e se lembra que é uma flor — então simplesmente é. E ao ser, cumpre naturalmente o seu papel de flor. E como gosto de dizer: a menor célula do teu dedo mindinho cumpre a sua função perfeitamente — sem se preocupar com o que deve ao teu dedo ou à tua orelha. Ela rejubila com o seu próprio ser.

O teu eu interior não está a tentar lembrar-te que deves ser sério. Ele sorri — como tu estás a sorrir agora. E se tiveres de compará-lo a algo, depois da visita do nosso amigo, imagina-o como uma gaivota — feliz a voar. E se ela é "séria" no voo, é só porque voar é parte do seu ser, e não algo imposto por um ego que diz: "Tenho de cumprir o meu dever!"

Se eu fosse uma gaivota — mesmo uma velha e sábia — voaria à tua volta até te deixares tonto, até te rires como uma criança a brincar às escondidas.

É isso que quero dizer-te, Rich. E também a ti, Rick.

Confia em ti mesmo. Não te trates com severidade. Não te critiques em excesso. Não te afastes de ti para tentares observar-te melhor. Tu és o que observa — e o que é observado — e ambos coexistem. E devem ser amigos.

E agora, depois desta animada conversa, deixo-vos ir à vossa pausa!

Depois do intervalo, Diane falava do livro *Psicocibernética*. Seth voltou-se para ela:

Quando terminar o meu novo livro — com o consentimento do Ruburt (até já pouso os seus óculos com mais delicadeza agora) — então poderás lê-lo e seguir as sugestões. E o Ruburt terá um livro para recomendar a outros, um livro para a vida prática.

E não será um "Pollyanna". Não fingirá que não tens agressões. Não dirá que tens de te livrar desses sentimentos feios e sujos. Não te forçará a sorrir quando estás cheio de raiva. Mas irá mostrar-te como reconhecer e usar a energia que é tua — e como a aproveitar.

Vai mostrar-te como crias a tua realidade pessoal. Também vai sugerir como crias a realidade colectiva — e a interação envolvida nisso. E haverá muito trabalho nesse livro para todos vós. Porque espero que o usem para transformar alegremente as vossas vidas — não porque "devem", mas porque a vossa alegria naturalmente vos leva nesse sentido.

(Nesse momento, Sue espirrou ruidosamente e com vigor!)

Para que direção te levou o espirro da nossa amiga Susan? Foi espontâneo — foi ele mesmo. Foi som. Foi ser. E foi ele mesmo! Que a tua vida seja vivida assim — alegremente através de ti. Aceita a vida que flui por ti. Sente-a! Deixa-a viver-se através de ti — porque tu és o que ela é.

Se uma nascente borbulhante, ao chegar à superfície da Terra, dissesse: "Para onde estou a ir? Sou feita de água, mas o que é a água? O que é esta Terra por onde passo? Devo saltar alegremente para o ar ou devo vigiar o meu percurso? Devo fluir para a esquerda ou para a direita? E mais ainda — o que sou eu para fluir nesta direção?

Tenho de me vigiar, tenho de me controlar… pois quem sabe o que é a água?"

— então, todos vocês morreriam de sede, e o pobre riacho não borbulharia tão feliz como faz.

E agora (olhando para ti, Rich)...

E, usando-te apenas como exemplo, porque sei que o que digo se aplica a ti — mas também se aplica, em maior ou menor grau, a cada um de vós, incluindo o nosso estimado amigo, Ruburt:

Agora, o céu olha para a água — mas o céu não diz: "Que é isto sobre o qual olho? Devo fechar os olhos e não ver a água até ter a certeza exacta do que ela é?"

(Para o Rick) — Isto aproxima-se muito do que disseste antes sobre sentir... (palavras perdidas)… sobre as palavras. Pois aquilo que o céu sabe sobre a água, sabe-o sem palavras. O que o fluxo da tua vida sabe sobre ti não pode ser dito em palavras, e no entanto, podes mergulhar nele, segui-lo — e aí não há qualquer sentido de obrigação. O ser é a sua própria justificação — e permite liberdade. Ele realiza-se a si mesmo. Agora, dá-nos um momento…

E desta vez quero que penses — e "des-penses" — em termos de eventos e não-eventos.

(Segue-se uma canção Sumari e discussão sobre as impressões sentidas.)

Rich falou de uma época passada em que usou LSD numa tentativa de gerar espontaneidade. Seth regressou:

O ácido não faz parte de ti. Não é uma porção do teu ser. Tu impuseste-o a ti mesmo, e ele fez com que fosses espontâneo à força. Onde está a espontaneidade na espontaneidade forçada? Essa é a diferença — e a resposta à tua pergunta.

Agora ouve… o ranger da cadeira. Ouve. Os sons à tua volta vêm naturalmente — e tu aceitas naturalmente. Cá dentro, existe um fluxo natural. Quando tentas forçar-te a ser espontâneo, automaticamente deixas de o ser.

Quando tomas grandes medidas para te assegurares de que vais ser espontâneo, já não o és. A energia que flui por ti é espontânea. Só tens de a acompanhar — seguir com ela! Aceitá-la! Isto é espontaneidade.

Isto é um exemplo de espontaneidade… (A voz de Seth sobe de tom…)
A energia que varre o teu ser é grandiosa e jubilosa — e, através dela, podes conhecer o teu lugar e a natureza do teu ser!

Isso é espontaneidade. Ela vibra as cordas do teu ser — pois é a tua própria espontaneidade — a energia que está disponível para todos. Agora, espera…

(Segue-se nova canção Sumari. Seth volta sem esperar pela discussão.)

Agora, isso é espontaneidade. E aquilo que tu és — é espontaneidade.
Deixa que isso ressoe com o que tu és — e reconhece-o em cada um de vós: a alegria que é o vosso ser, a vida que é vossa.

Despeço-me de todos com um caloroso "boa noite" — e as bênçãos que tenho, dou-vos (para o Jeff). E aquelas que não tenho — terão de encontrá-las por vós mesmos.

Na conversa que se seguiu, Rich comentou com Jane que lhe pareceu curioso Seth referir-se ao LSD como "acid". Seth voltou abruptamente: Isso mostra o quão contemporâneo consigo ser — para uma entidade tão antiga!

AULA DE PES – 12 de Setembro de 1972

Após a primeira pausa da aula, surgiu uma discussão sobre o tamanho da turma, e sobre como — e em que número — novos membros deveriam ser admitidos. A Jane estava a receber cada vez mais pedidos de pessoas interessadas em participar. Seth apareceu para partilhar a sua perspectiva:

Agora, tenho algumas observações — podem transmiti-las ao Ruburt.
Vou dar-lhe a minha opinião. Digam-lhe. Isto não são ordens.
Façam questão de deixar claro que se trata apenas de uma sugestão.
E eu sugiro que tenhamos uma política flexível — e que sigamos a natureza espontânea da aula.

Ou seja — digam-lhe que eu disse para seguir os seus sentimentos do momento, sem se preocupar em estabelecer regras fixas.

(Para o Jeff) — Queres ser o meu mensageiro? Então devolverei a aula ao nosso amigo — e diz ao teu amigo para não se preocupar… O amigo que escreveu o sonho — mesmo ausente — (refere-se a um relato enviado por Larry, lido por Jeff)

Todas as existências são simultâneas. E por isso, na sua mente, pode falar com aquela mulher e dizer-lhe — como Ruburt disse anteriormente — que não há razão para ela se odiar a si mesma. E assim, pode alterar a existência dela — que é simultânea com a sua — e fazer-lhe bem. Pode libertar alguns bloqueios e interferências, nos vossos termos, que têm ocorrido. Por isso, que o faça — e diga-lhe para não se preocupar — que ninguém é mau.

Jeff começou a transmitir a mensagem de Seth à Jane…
Seth voltou:

Só tenho mais uma coisa a acrescentar — e ele (Ruburt) sabe disto:
Não quero caras longas e respeitáveis aqui. E por isso, quando ele souber que alguém quer vir que está sobrecarregado por ideias de pecado e culpa, e que, por agora, tem de operar nesses termos, então essa pessoa aprenderá melhor noutro ambiente.

Pois essas pessoas têm medo da espontaneidade e da alegria —
E só deve estar nesta aula quem reconhece dentro de si a alegria do seu ser.

Não queremos aqui pessoas que falem de arrependimento e pecado enquanto fecham a porta à alegria de existir. Pessoas que carregam nos ombros a grande responsabilidade do mundo — e se deliciam com isso.

Essas pessoas também aprenderão — mas aprenderão à sua maneira — e ainda não estão prontas para esta aula. E não estão prontas para mim.

Nem queremos aqui quem tenha vergonha do corpo, ou o considere errado ou impuro — nem quem tenha medo da luz do sol, nem quem olhe com desdém para flores, abelhas e aranhas (para Carrie), como se fossem inferiores.

Ruburt sabe disto, e deve seguir os seus próprios sentimentos nesse sentido. Pois sente-se travado e restringido por esse tipo de pessoas — e elas não lhe fazem bem.

Queremos aqui os alegres, os que procuram, os que questionam. Pois as mensagens a transmitir têm de ser compreendidas, e quem veste arrependimento e dignidade como um manto psicológico escuro — não ouve as mensagens, porque as suas ideias bloqueiam-nas.

Por isso, se alguma vez tiveres dúvidas sobre a natureza do teu ser, confia em ti mesmo. E ouve a voz dentro de ti. E um dia, mostrar-vos-emos verdadeiramente o que são os sons — o que os sons podem fazer — a alegria criativa de qualquer som, e a matemática sonora incrível que existe na mais pequena sílaba.

E tu (para Marianne), tens ensinado, como sabes — e és uma professora bastante boa. Mas não te vou dar uma maçã — porque não gostas de maçãs verdes…

Agora, estás aqui — e muitos que gostariam de estar, não estão.
Estás aqui para reconhecer a tua alegria. Eu reconheço-a em ti. Por isso, reconhece-a em ti mesma. E não sejas tão séria. (Para Marge.)

E agora, depois de vos lembrar da natureza da vossa própria vitalidade, vou passar a aula ao nosso amigo. Mas cuidado — uma noite destas, depois de eu falar, passarei a aula a um de vós durante quinze minutos — e estarei por perto para ver o que fazem. Pois tudo o que fazem, fazem de novo.

(Para o Rich) Como os teus dedos dos pés se mexem agora — de forma nova, mesmo que já se tenham mexido antes — este é um novo, distinto, alegre movimento. Totalmente diferente daquele de um momento antes, ou do próximo.
E a tua alma rejubila com cada novo movimento!

Seth retirou-se, e Jane pediu à Isabelle que lhe relatasse o que Seth acabara de dizer. Isabelle começou a recapitular, e Seth voltou:

"Não fazia ideia de que fosse uma tarefa tão árdua!"

Isabelle continuou, contando a Jane o que Seth tinha dito sobre passar a aula a outra pessoa depois de falar. Seth voltou:

"— Com a permissão do Ruburt, claro. Longe de mim, como sabem, ditar métodos ou regras. Mas ele não se importará nada com isso!"

(Para Isabelle) Estás a ir muito bem. Agora, podes parecer mais confiante. Tens uma maneira de estar muito boa — e por isso podes falar. Lembras-te bem do que eu disse. Deixa a tua voz sorrir — e eu estarei a ouvir para ver se ela sorri.

Seguiu-se uma discussão geral prolongada sobre o que Seth dissera, que evoluiu para temas de som, cores e formas. A Jane pediu-nos para ouvirmos o que vinha aí no contexto de cor e linha. O Sumari manifestou-se com uma breve canção, após a qual cada um partilhou as impressões recebidas.
Seth regressou:

Não quero dizer-vos o que o som significa, ou o que o som pode fazer, ou o que os sons são — pois podem experienciar estas realidades por vós próprios, agora. E houve aqui boas observações e boa compreensão — mas precisam de sentir por vós. Nós apenas vos damos a estrutura e o impulso — mas o impulso também é vosso. E eu não esqueço nenhum de vocês, assim como nenhum de vocês me esquece.

Mas estas experiências são vossas. E será cada um de vocês quem, no fim, quando eu perguntar, me dirá o que o som significa — como o viveu, e como o sentiu ecoar no vosso ser. Tenho pistas — podem pensar em mim, nesse sentido, como um Sherlock Holmes psíquico. Dou-vos as pistas — mas cabe-vos a vós segui-las.

E os sons têm forma, como sabem. E os sons têm significado emocional, como tu sabes (para Marge), e como o teu filho também sabe. E os sons formam mundos (para Sue) — e tu já estiveste num desses mundos!

Eu chego até vós através do som. Pode não ser um som que gostem — mas aguentam-no! E é o melhor que consigo nestas circunstâncias. Não é o som de uma gaivota — assustaria uma gaivota até à morte — mas é tão alegre como uma gaivota, e ecoa a alegria do vosso próprio ser.

(E para o Jeff) Diz-lhe — na realidade do Raines, e na tua (Hugh), e na tua (Fred), e na tua também (Mary Ann) — quando se permitem a si próprios simplesmente ser e usufruir disso. Eu já me deixei ir e usufrui do meu ser mais vezes do que me apetece contar, nos vossos termos!

Depois desta entrega, Jane pediu ao Arthur que relatasse o que Seth dissera. Perguntou-lhe se tinha sido uma entrega curta ou longa. Arthur respondeu que tinha sido "assim-assim"… Seth interrompeu com uma voz alta e jovial:

"EU SOU RARO — NUNCA MÉDIO! RUBURT É O MÉDIUM. EU SOU RARO!"

Arthur contou o que Seth tinha dito, e Seth voltou:

Muitos… vejam só o que ainda tenho de aturar! Agora, brinco com isso — e sei que todos vocês compreendem — que também aprecio a espontaneidade do Ruburt, e o prazer que encontra no tecido do seu cabelo…

Mas muitos vêm aqui a pensar, nos seus próprios termos, que ele não é viciado em comida saudável, que fuma, que bebe vinho, e que, por vezes — como os amigos aqui sabem — já foi ouvido a praguejar!
E ao seguir os seus próprios impulsos, mostra, de forma genuinamente espontânea, que o ser, a alegria e a verdade não dependem de condições exteriores.

Aquilo que colocas no teu corpo será usado consoante o estado do teu ser interior. E se acreditares que algo que colocas no teu corpo é errado — então isso tornar-se-á errado.

Diz-lhe o que eu disse — isso vai animá-lo. Ele está farto de gente a gritar com ele. Até o seu físico preferido lhe perguntou, com toda a seriedade, por que não comia alimentos saudáveis. (Não tu, para AL).
Estou a olhar para ti porque, na mente dele, ele coloca-te mais ou menos na mesma categoria… Mas, claro, sem ignorar as tuas diferenças individuais.

E agora, por todos os meios, continua com a tua excelente dissertação e interpretação do que eu disse. Ah, e mais uma coisa — o Ruburt sorri muito!

Arthur continuou a contar à Jane o que Seth tinha dito. Durante as suas observações, mencionou que lhe parecia que o Seth estava a comunicar-se de forma mais clara naquela noite. Seth interrompeu de novo:

EU NÃO ESTOU MAIS CLARO — VOCÊS É QUE ESTÃO!

Durante a discussão que se seguiu, Jane perguntou à Ruth se tinha recebido alguma impressão da canção Sumari anterior.

Durante a sua resposta, Ruth referiu-se ao "facto de Seth tomar posse" da Jane. Seth regressou de imediato, falando devagar e directamente para Ruth:

Vou dizer-te isto, porque gosto de ti — se há expressão que o nosso amigo Ruburt não suporta, é essa ideia de que eu "tomo posse" dele. Antes de mais, temos, na verdade, uma colaboração. E ele aprendeu a manipular a sua consciência de forma a que possa ir a muitos lugares — e deixar certas partes livres para que eu possa entrar e falar.

Aquilo em que acreditas condiciona aquilo que experiencias. Pensa nas tuas próprias experiências com médiuns de uma forma mais livre. Esquece os conceitos — e pensa apenas na experiência. Agora, sê paciente comigo, e reconhece que o que te digo, digo com bondade e boa intenção.

Por outro lado… observa… podemos fazê-lo assim, percebes?... Agora, espera…

Neste ponto, Jane (como Seth) começou uma série de gestos exagerados, movimentos corporais quase teatrais — quase em tom de paródia.
No fim destes movimentos, Seth falou com uma voz profunda, rouca e altamente dramática:

A-G-O-R-A… E-U… E-S-T-O-U… A-Q-U-I!

Estou mais aqui por causa destas contorções? Não! Mas aqueles que acreditam que precisam delas — precisam de as viver. E aqueles que acreditam que há uma enorme distância entre a natureza da vossa realidade e a minha — terão de a simbolizar. E aqueles que acreditam que é preciso escuridão, luzes apagadas — terão de viver isso.

MAS, AQUILO QUE EU SOU É AQUILO QUE VOCÊS SÃO — A VITALIDADE DO SER — E ELA FALA NA LUZ TANTO COMO NA ESCURIDÃO, E NA ALEGRIA MUITO MAIS DO QUE NA TRISTEZA. E esta voz, da qual falei anteriormente, ao manifestar-se, afeta os átomos e as moléculas nesta sala, e ressoa com alegria através das fibras do vosso ser. E ela não precisa de silêncio, nem do ritual da sala de sessões.

Ela fala também à vitalidade das folhas que passam ao vosso lado quando caminham pela rua,fala ao vosso próprio batimento cardíaco, e a minha voz,

como a vossa própria vitalidade, ecoa contra as paredes da sala, vinda de uma fonte de criatividade e alegria.

É, pois, o vosso sopro — violento, no sentido de que não é silencioso.
Por isso, esqueçam a ideia de que o som é violento e o silêncio é santo ou bom. Pois o vosso ser ressoa no universo como som, como notas brilhantes, como tons e... (palavra perdida).

A vossa consciência é tão móvel como uma folha presa ao seu caule, ao vento forte e selvagem. Portanto, ao ouvirem estes sons, sintam a ressonância do vosso próprio Eu interior, ecoando pelas paredes do vosso ego, e ouçam, nesses sons, a alegria do vosso ser — e as notas que são vocês próprios.

Seth retirou-se, e Ruth contou à Jane o que ele lhe tinha dito, numa conversa que passou, entre outras coisas, pela suposição de que Jane devia estar extremamente cansada depois de tal sessão. Também se discutiram as "diferenças" entre o Eu interior e o exterior. Seth voltou:

O MUNDO INTERIOR É O MUNDO EXTERIOR. E O MUNDO EXTERIOR É O INTERIOR.

Por isso, não há lugar para onde precisem de ir. Ele simplesmente É. E no "É-ser" do Ruburt, ele permite o meu "É - ser". E assim, na realidade do vosso próprio ser, o dentro e o fora são um só. Ele não está tão cansado como vocês, e eu não estou tão cansado como nenhum de vocês. E nenhum de vocês precisa de estar cansado — nem mais do que o dedo do pé do Rich está cansado do seu constante e espontâneo mexer! Ele agita o ar à sua volta — e eu tento agitar a vossa experiência e os vossos pensamentos.

Ao conhecerem-me, conhecem-se a vocês próprios.

Como disse o Oversoul Seven: "A maioria de vocês sente-se desconfortável se não tiver um 'onde' onde se colocar." Mas o Ruburt está perfeitamente feliz sem "ondes" — e por isso está sempre 'dentro'.

Tu (Rich) sentes sempre que tens de usar um "onde". Mas quando te tornas "nu", então és livre — e percebes que não há "onde" onde te esconder, e, basicamente, nenhum "onde" para usar.

Escuta — e escuta depressa, porque isto não durará muito — e não será uma canção...

Neste momento, Seth retirou-se e o Sumari manifestou-se, circulando pela sala com uma mensagem individual para cada pessoa presente. Cada mensagem foi altamente pessoal e distinta — algumas faladas, outras cantadas, outras misto de ambas. Depois do Sumari e de uma curta discussão sobre o que se passou, Seth regressou:

Eu disse que seria curto para cada um de vocês — e foi um "pot-pourri"
Mas era para cada um, e tinha significado para cada um, e espero que o tenham interpretado.

Desejo-vos uma boa noite — e aquelas bênçãos que tenho, dou-vos;
e aquelas que não tenho, podem encontrá-las por vós próprios.

Hoje, ouviram — e espero que tenham aprendido.
Mas noutra noite qualquer, serei eu a ouvir — e vocês aprenderão a ouvir os sons que não são falados nem cantados… e a ouvir os sons dentro de vós.

Por isso, desejo-vos a todos uma boa noite — e estão a ir muito bem.

Antes que Seth se retirasse completamente, Jeff falou-lhe:
"Há alguns meses disseste que teríamos uma aula sobre costumes sexuais — pergunto se ainda vai acontecer."

Seth respondeu:

Quando estiverem prontos para a aula sobre os costumes sexuais, ela acontecerá com... (uma longa pausa)... demonstração!

Também quero que todos percebam que têm cópias destas sessões porque um membro da turma se dá ao trabalho de as gravar e datilografar, e depois outra pessoa as duplica para vocês. Não tomem isto como garantido — pois, se não tivessem as cópias e as gravações, não haveria sessão. Ruburt não deixaria as minhas pérolas de sabedoria ficarem sem registo. Por isso, na próxima semana, acho que todos deviam dar dois bons "muuus" — um para este (Hugh), e outro para aquele (Al).

E agora, desejo-vos uma calorosa boa noite.

AULA DE PES 19 de Setembro de 1972

Durante uma discussão sobre os "eus prováveis", o nosso papel na realidade deles e o papel deles na nossa, Carlos comentou que provavelmente era "um erro de outra pessoa". Seth respondeu de imediato:

Tu és o teu próprio erro!

Nunca me atreveria a chamar-te um "erro". Estava apenas a parafrasear o que disseste. Agora, tu não és um "erro", mas se insistes em pensar de ti assim, não culpes um eu provável pela tua "errância"!

A discussão na aula continuou, centrando-se no tema dos eus prováveis. Seth voltou, dirigindo-se a Pete:

Muito bem. Já vos disse muitas vezes que não existem limitações para o ser, mas quando começam a aproximar-se da sensação de não haver limitações, assustam-se, e num frenesim tentam encontrar-se e definir-se — e descobrir o ponto (para Rich) em que emergem para a realidade física.

Não existem limitações, e não há fronteiras para o ser — apenas aquelas que vocês adotam, nos vossos termos, em qualquer momento. Não disse que não havia identidade — disse que não há fronteiras para o ser. Não há lugar nem tempo onde o vosso ser termine — não há nenhuma realidade provável em que não existam.

Não há limitações para o que vocês são. Podem construir limitações, se quiserem. Elas parecerão satisfazer-vos. Podem erguer uma vedação à vossa volta e dizer "Estou aqui e agora, e em nenhum outro lugar, e em nenhum outro tempo." Se têm medo da ideia da vossa própria divindade interior e da infinitude da vossa existência, podem fingir que existem apenas dentro da vossa imagem corporal. Podem esconder-se nos minutos, nas horas e nos anos, e não ver além — se assim quiserem. Mas apenas a pequena parte de vocês que tem medo é que se deixa enganar por esse jogo que estão a jogar convosco próprios. Esta é a resposta a uma das vossas perguntas.

As outras partes de vocês continuam alegremente a viver a sua própria realidade. E vocês divertem-se com o jogo que estão a jogar — e não há mal nenhum nisso.

Rich dirigiu-se a Seth: "Posso fazer uma pergunta?"

Tens feito muitas. E podes fazer mais uma, sim.

Rich perguntou: "O que há na natureza do ego — ou talvez no meu ego — que faz com que as palavras 'infinito' e 'eterno' e 'sem limites' provoquem medo?"

É o teu ego — pergunta-lhe porque é que essas ideias evocam medo. Não tenhas medo só porque essas palavras te fazem sentir medo. Atravessa o medo, sente-o até ao fim — e verás que ele não tem fundamento. Não há mal nenhum no facto de essas palavras te causarem receio. Não tens de te envergonhar, nem de te preocupar por causa disso, nem de te censurares. Quando percebes isso, podes dizer: "Agora temos o medo para brincar" — e atirá-lo ao ar como uma bola. Essa é a resposta que te dou.

Tenho uma observação para a nossa Senhora de Veneza aqui ao lado. Sente e aceita a energia que é tua. Agora que sabes que é tua, recorre a ela — e ela ajudará a resolver as tuas dificuldades actuais. As respostas estão dentro de ti. Só tens de acreditar nelas. Elas estão aí — tão reais como as tuas pestanas ou o teu relógio. Nem precisas de as procurar. São tuas.

Agora vou devolver a aula ao nosso amigo, e mais tarde haverá algo para todos fazerem.

Seguiu-se uma discussão geral sobre o que Seth tinha dito. Al comentou que, se todos somos infinitos e abrangentes, então todos englobamos tudo — e isso não nos torna todos iguais? Seth voltou:

Em termos limitados, todos vocês existem no ar. Mas não são apenas ar. São todos indivíduos, ainda que feitos dos mesmos elementos que existem na natureza tal como a conhecem. No entanto, são todos diversos — por isso, embora sejam todos um, são todos diferentes — únicos, e como nenhum outro. Não são engolidos por nenhuma realidade ou por um super-ser onde a vossa identidade se perca.

Al respondeu: "Não, não pensei nisso." Seth continuou:

São todos um, mas todos vocês são vocês mesmos e únicos. E é dessa singularidade e dessa individualidade que nasce a unidade.

Após o intervalo, Jane leu para a turma um capítulo recebido na noite anterior, do novo livro de Seth. O tema era a crença. A premissa é que as nossas crenças pessoais refletem-se externamente e formam a nossa realidade física. Depois da leitura, Jane pediu a cada membro da turma que escrevesse algumas crenças que tinham sobre si mesmos. Seth voltou:

A vossa própria consciência — é perceberem que formam a vossa realidade, e que se não gostam dela, então devem mudar as vossas crenças, pensamentos e expectativas; sabendo, no entanto, que ao fazerem isso, a vossa experiência mudará também.

Cada indivíduo o faz — e vocês também podem fazê-lo. Se não fosse suposto avaliarem a vossa realidade física com uma mente consciente, então não precisariam de uma mente consciente. Se não precisassem de uma realidade física como contraponto, e como retorno, então podiam fazer tudo mentalmente.

Mas a vossa mente consciente existe para avaliar a realidade física com clareza e precisão. A vossa mente consciente serve para estar consciente. Só precisam de estar atentos ao conteúdo da vossa própria mente consciente. Não há mistério aí. Os vossos pensamentos não são vocês — vocês são o ser que tem os pensamentos. As vossas crenças não são vocês — são o ser que as acolhe — e podem mudá-las.

Só precisam de compreender esta verdade para mudar, de forma bastante prática, essas áreas da existência que vos incomodam. Mas devem começar convosco próprios, e com a vossa mente consciente — e com alegria.

Agora compreendo (para Vicki) porque olhaste para mim como fizeste antes, com um ar pesaroso e olhos lacrimejantes, se eu te dissesse que os aspectos desafortunados da tua experiência iam permanecer contigo — que não havia nada a fazer — que estavas presa a eles. Então eu compreenderia...

Pensa nas partes da tua realidade que te agradam. Pensa nas crenças que tens que tornam esse prazer possível — e como essas crenças fluem espontaneamente de ti para uma experiência alegre.

Lembra-te dessas sensações e traduz-as para as áreas que não te agradam. Familiariza-te com a sensação de energia que te preenche quando estás

satisfeita com a tua experiência — depois canaliza essa energia e essas sensações para as outras áreas.

Aquilo que estás a fazer que te dá prazer, fazes com facilidade e com qualidade. As tuas crenças refletem-se na realidade, sejam elas quais forem. Muda as tuas crenças sobre ti nas áreas com que não estás satisfeita — e então, como o Ruburt já vos disse antes, a tua experiência irá acompanhar as tuas crenças, e aquilo que vês no mundo físico refletirá e reforçará essas crenças.

Agora todos podem fazer um trabalho melhor a escrever as vossas crenças sobre vós próprios do que o que fizeram até agora. Esclareçam-nas durante a semana — vocês sabem no que acreditam. Não estou a falar de desejos reprimidos — mas sim de ideias conscientes que mantêm. Estão a tornar isto demasiado difícil!

Seguiu-se uma discussão sobre crenças — sobre o que tínhamos escrito e o que Seth dissera. Hops falou das suas crenças enquanto mãe e de como tentava ser uma boa mãe, por exemplo, certificando-se de que os filhos escovavam sempre os dentes. Seth regressou subitamente:

Cresci muitas vezes — e em todas as minhas vidas, exceto uma, nunca escovei os dentes!

Rich comentou que Seth falava frequentemente de humildade, e perguntou qual seria afinal a definição da palavra "humildade". A minha humildade é tão óbvia que todos vocês ficam de olhos e bocas abertas de espanto!

Isabelle comentou que Seth "parecia estar a soar diferente." Seth respondeu: Esta é a minha voz humilde! Humildade (para Rich) é orgulho por seres parte de Tudo o Que É. É o reconhecimento alegre do plano cooperativo que ocupas na estrutura do ser.

Não é uma voz submissa que diz: "Eu não sou nada! Eu curvo-me perante os deuses do universo, ou perante qualquer deus."

A verdadeira humildade diz: "Sou uma parte jubilosa de Tudo o Que É, e reconheço a alegria do meu ser enquanto porção de Tudo o Que É. E estou grato, nesta vida, pela chuva que cai, pelos raios de energia que preenchem o meu ser, pelas estações que vêm e vão, e estou grato pela sabedoria que

habita a célula do meu dedo mindinho; e por todo o ser milagroso da minha pele que parece manter-me dentro de mim e, no entanto, liga-me a tudo o resto no universo; e assim regozijo-me com a minha singularidade e com a minha parte em toda a realidade."

Isto é o que é humildade. É o reconhecimento de que existes dentro da natureza e não separado dela. Que vens para esta existência entrelaçado com ela, e não como um conquistador que caminha sobre a Terra para que todas as outras criaturas e seres lhe obedeçam.

AULA DE PES 26 de Setembro de 1972

O primeiro período da aula foi preenchido com uma discussão dos membros sobre o trabalho com o tema das "Crenças", que era o assunto do capítulo do novo livro de Seth — parte do qual Jane leu para a turma.

Após a primeira pausa, Jane leu uma parte do seu manuscrito "Rich Bad", e seguiu-se uma discussão sobre as formas como estruturamos as nossas vidas, voltando ao tema das crenças e dos sonhos.

Depois da segunda pausa, Jane comentou, após ouvir algumas das discussões que estavam a decorrer, que alguns membros da turma pareciam estar a tornar-se "cada vez mais Sumari." Seth apareceu:

Para todos os bons Sumari, que estão a tornar-se ainda mais Sumari, o Ruburt vai ler-vos uma parte do meu livro, e quero que a levem a peito. Porque são os primeiros a ouvi-la, e espero que sejam também os primeiros a usá-la. Por isso não se trata apenas de ouvirem — devem apropriá-la, examinando as vossas próprias crenças e a vossa mente consciente.

Os Sumari gostam de brincar, e por isso gostam de brincar com o conteúdo das suas mentes, como este aqui (Pete) faz.

Quero que imaginem as vossas ideias como blocos de criança que têm na mente, de forma que, como o Ruburt diz, possam misturá-los e combiná-los. E eles não são pesados a menos que acreditem que são! São, com justiça, os vossos brinquedos — por isso brinquem com eles!

Não se sentem solenemente perante uma crença e digam: "Ah, esta é a minha grande crença, e bloqueia a minha visão!" Mas, como uma criança,

chutem-na para o lado e criem uma nova. As ideias são os vossos blocos — podem usá-los, portanto, de forma lúdica para construir, ou — se me perdoarem o trocadilho — podem usá-los como objetos que vos bloqueiam a visão.

As crianças lidam com alegria com blocos e, se constroem estruturas que não lhes agradam, então, sem um instante de arrependimento, deitam-nas abaixo e constroem outras. Por isso, se têm uma estrutura bonita, guardem-na. Mas, se têm uma que vos desagrada, então derrubem-na. O recreio é vosso.

Só se torna num campo de batalha se o transformarem nisso. É um recreio de criatividade e alegria se reconhecerem que é isso que ele é.

Há quem espreite pelas janelas para ver o que estão a fazer com os vossos blocos, há quem — (agora vejam o que eu tenho de aturar... com o novo penteado do Ruburt!) — há quem observe... mas, observando, esses observadores não olham para um bloco e dizem: "Que crença tão velha e suja é essa!"

Esses que observam não sentem que precisam de entrar e deitar abaixo os vossos blocos por vocês. Apenas se certificam de que têm à vossa disposição um número infinito de coisas com que trabalhar. Apenas sabem que formam a vossa realidade com os blocos que têm, e não vos julgam. Por isso, se um observador espreita pela janela do mundo mortal e vê um design imperfeito, não diz: "Que imagem falhada!" Simplesmente espera que sejam vocês a desmontar esse design e criar um novo por conta própria. Mas o design, como era, era um design — e, em si mesmo, uma forma de aprendizagem.

Agora, pode haver momentos, enquanto andam a baralhar crenças, em que percebem que uma estrutura já não vos satisfaz, e ainda não aprenderam a construir uma nova. E então podem andar pelo vosso dia a pensar: "Oh céus, ai de mim. Para onde posso olhar? Estas crenças assustadoras aprisionam-me e não há para onde ir!"

Mas os novos desenhos, com novos blocos, estão mesmo ali, e disponíveis — se forem suficientemente brincalhões com a situação. Não há necessidade de esperar por novas crenças — a menos que acreditem que precisam de esperar. E não há luta — a menos que acreditem que têm de lutar. E não é difícil — a menos que acreditem que tem de ser.

E o simbolismo dos sonhos existe — a menos que acreditem que é tão difícil de encontrar que não o conseguem perceber. E as respostas estão na vossa mente consciente — a menos que acreditem que devem estar escondidas.

E assim, se jogarem às escondidas no vosso recreio, é um grande jogo! Mas podem deixar de jogar às escondidas convosco próprios quando quiserem. Podem desfrutar do jogo, mas quando estiverem fartos de brincar às escondidas, então vão encontrar — e o que encontram está dentro de vós.

Agora, o Ruburt vai ler uma parte do livro e espero que todos a recebam com espírito lúdico — e façam algo com ela.

Neste momento, Seth retirou-se e Jane leu para a turma a parte final do Capítulo 2 e o início do Capítulo 3 do novo livro de Seth. Seguiu-se uma discussão sobre o material. Durante a conversa, Carlos comentou que, enquanto estava ali na aula, tudo lhe parecia bastante claro, mas que em breve estaria de volta à sua "realidade de professor", a lutar com os semáforos e tudo o que acompanha o dia-a-dia. Seth regressou, dirigindo-se a Carlos:

Brinca com os semáforos. Brinca dentro do contexto de seres professor, e faz isso com os teus alunos — não há nada que diga que ensinar tem de ser aborrecido! A menos que acredites que tem de ser! Pode ser uma atividade lúdica e, como bem sabes, quando estás verdadeiramente a ensinar, é um encontro lúdico.

Carlos respondeu a Seth: "E que tal estes aqui..." (gesticulando para indicar o aluno "problemático"...).

Isso também pode ser um encontro lúdico, quando mudas a tua ideia da realidade deles. Eles reagem não apenas às suas próprias ideias sobre a realidade, mas também às tuas... interferem telepaticamente, captam aquilo que estás a transmitir e, se eles acreditam que são problemáticos e tu acreditas que são problemáticos, então vão sê-lo, de facto. Mas, se mudares as tuas crenças, já cortaste o problema a meio. Agora, faz isso e diz-me o que achas.

"Vamos ter uma aula Sumari," disse o Carlos.

Tu já tens uma aula Sumari! Só precisas de perceber que sim. Eles são rebeldes à sua maneira. Não querem fazer aquilo que acham que devem fazer. Agora, tu também és um rebelde à tua maneira. Identifica-te com o lado rebelde deles e apela a isso. Dá-lhes coisas para fazer que eles não tenham obrigação de fazer... desafia-os, deixa-os pensar que podem ir mais além ao seu próprio estilo, desafia a criatividade deles, apela ao lado rebelde deles — ó velho rebelde!

Seguiu-se uma discussão na aula sobre os comentários do Seth. Durante a conversa, a Johanna disse que se perguntava como é que, na prática, se mudavam as crenças. O Rich começou a responder, quando o Seth voltou, dirigindo-se a ele:

Não quero interromper-te. Continua dentro de momentos...

Os teus pensamentos (para Johanna) têm uma realidade eletromagnética. Agora, tens de perceber que isto é verdade, ou o resto do que estou a dizer vai parecer um disparate otimista.

Quando pensas, por exemplo, em abundância e fartura, esses pensamentos atraem para ti abundância e fartura, como um íman. Vai haver um período, enquanto estás a mudar as tuas crenças, em que te vais sentir algo enganadora contigo mesma, quando dizes: "Estou rodeada de riqueza e abundância..." e continuas a olhar à tua volta e estás pobre. E pensas: "Isto é treta!"

Mas demoraste tempo a construir as tuas crenças até ao ponto da tua experiência atual e, portanto, nos teus termos, pode haver algum atraso antes de as tuas novas crenças te trazerem abundância. Mas a tua experiência física segue o teu pensamento — e não podes mudar a experiência sem primeiro mudar o pensamento.

Agora, não adianta acreditares em duas coisas ao mesmo tempo. Por isso, fazes o seguinte... dizes: "Vou brincar com esta ideia. Vou admitir que talvez seja possível que os meus próprios pensamentos sobre o dinheiro estejam a causar a sua falta. E por isso, só por brincadeira, vou, várias vezes ao dia, fingir que estou rodeada de abundância, e na minha mente vou imaginar as coisas que quero. Se não funcionar, não perdi nada. Mas se funcionar, ganhei imenso!"

Então experimenta durante algumas semanas e, de cada vez que o fizeres, a ideia vai tornar-se um pouco mais possível, e um pouco mais real. E, entretanto, esses pensamentos estão a alterar as crenças que tinhas, pelo menos a equilibrá-las. Começam a atrair para ti abundância. Não há outra forma de mudar a tua realidade física a não ser mudando o teu pensamento.

"E quanto à ideia Zen de esvaziar?" perguntou a Johanna.

Tudo está cheio... todo o vazio está cheio, e é do vazio que vem toda a criatividade. O vazio não tem fundo, pois do que está cheio nele emergem constantemente novos acontecimentos e criações.

Na discussão que se seguiu aos comentários do Seth, o Hugh disse que achava que o ponto do Seth — de que levámos tempo a formar as nossas crenças, e que seria natural levar algum tempo a redirecioná-las — era válido, e que muitos não se apercebem disso. O Seth voltou:

Só disse isso para perceberes que não tens nada a perder, mas que em vez disso... vais ganhar. Digo isso para te dar uma almofada, porque não podes começar logo a verificar resultados... não podes começar e dizer: "Espera aí... já fiz isto há cinco minutos — onde está o dinheiro?"

Mas também te digo: se conseguires mudar a tua crença num segundo, com força e intensidade suficientes, e inverteres o curso a meio caminho, por assim dizer, os resultados podem ser instantâneos.

A discussão continuou e voltou ao ponto em que o Seth tinha interrompido o Rich. A Jane perguntou ao Rich o que estava ele a dizer na altura, e ele respondeu que o Seth já tinha parafraseado bem os seus comentários. O Seth voltou muito bem-humorado:

Nem imaginas como me alegra ter a tua aprovação. Fico feliz por te contentares comigo esta noite, mesmo que a nossa gaivota não esteja aqui. Diz ao Ruburt que vai mesmo conseguir vir amanhã, o tempo vai estar bom e ele não vai queimar as penas.

O Rich transmitiu a mensagem do Seth à Jane e perguntou depois se alguém achava que havia uma "resposta perfeita" para qualquer pergunta. O Seth respondeu:

Quando usas a palavra "perfeito", sugeres algo que está concluído, sem possibilidade de melhoria... feito! Como se não houvesse mais caminho a seguir — e isso não existe. Por isso, não há resposta perfeita, tal como não há pergunta perfeita. E aprovo a pergunta por trás da pergunta que conseguiste vocalizar.

O Rich contou à Jane o que o Seth tinha dito e partilhou com a turma qual era essa "pergunta por trás da pergunta". Na discussão que se seguiu, a Johanna voltou ao tema da dádiva e da receção, retomando a conversa anterior sobre mudar crenças relacionadas com adquirir dinheiro.

Por um momento, esquece as tuas perguntas!

Tu és uma flor... uma flor muito bonita. O sol é quente, brilhante e resplandecente, e estás a florescer. Porque és uma flor, existes no mundo natural da abundância e da glória purificada, e o sol brilha sobre ti e tu abres as tuas pétalas.

Agora, o que aconteceria se, a meio de uma tarde ensolarada, a nossa flor começasse a pensar e dissesse: "O que fiz eu para merecer que o sol brilhe sobre mim? Sou uma florzinha pobre e sem valor. O grande mundo passa-me ao lado e eu nada faço... quase ninguém repara em mim, e estou tão sozinha. Como é que este grande sol brilha sobre mim?"

E então, a flor, seguindo o seu próprio pensamento, começa a murchar, e inclina o seu pequeno caule até ficar com a cabeça pendente debaixo de um grande carvalho, onde o sol não a alcança — à sombra. E a nossa florzinha começa a pensar ainda mais e diz: "Se o sol brilhou sobre mim, o que devo fazer para merecer esta grande bênção? Tenho de pensar em coisas para justificar a minha existência."

E enquanto pensa, a flor torna-se mais sombria, mais fechada, e aninha-se contra o grande carvalho, para que o sol não a consiga alcançar.

Ora, qualquer flor tem mais juízo do que isso — e tu também devias ter! A abundância está à tua volta, é o sol! É a chuva! Pensas nessas coisas como naturais e boas, mas a riqueza, seja em que termos a traduzas, também faz parte do teu mundo natural e da tua tradução da realidade. Por isso, sentires-te livre para aceitar uma parte da natureza e não outra não é uma crença saudável.

Tu és! O teu ser é! És uma parte do Tudo O Que É, e por isso tens tanto direito à abundância como a flor tem ao sol. Em termos humanos, há muitos tipos de abundância — e todos te pertencem. Tens de perceber que não precisas de justificar a tua existência... porque tu existes. Tens direito à abundância da natureza, seja como for que ela se manifeste para ti.

E tens de compreender que a tua experiência começa de dentro. Os teus pensamentos alegres trazem alegria, os pensamentos de limitação trazem limitação. E quando estão todos a rir aqui, a banhar-se no vosso próprio ser, a irradiar ao sol Sumari, estão a desfrutar da abundância... da vossa própria abundância, do vosso próprio sentido de diversão e criatividade. Por isso, não se limitem.

E compreendam que a energia que atravessa esta forma é vossa... um vislumbre da energia, da alegria e da abundância que vos pertence. Por isso, brinquem com os blocos das vossas próprias crenças! Desfrutem do vosso ser e da vossa espontaneidade! E sejam, no vosso ser, alegres. Sintam a vossa própria alegria... confiem nela... saboreiem-na... regozijem-se com ela.

E, a partir de agora, haverá coisas para fazerem na aula — uma mudança — não ficarão apenas sentados a ouvir-me. Eu é que vou ouvir-vos. E espero gostar disso, e espero ouvir comentários de ti (Jeff), e de ti (Isabelle), e de ti (Pete), e, acima de tudo, de ti (Florence), e de ti (Al).

Agora despeço-me com um caloroso "boa noite". Sintam a vossa própria alegria. Confiem nela, regozijem-se com ela. E deem as minhas melhores saudações a "vocês sabem quem", e digam-lhe que a sala está à espera dele.

Quando o Seth começou a afastar-se, o Jeff dirigiu-se a ele. O Seth voltou, com uma atitude de fingida exasperação:

— Há sempre... (gesticulando para o Jeff)... sim?

— No teu livro — disse o Jeff — disseste que Bruns Martzens, na Dinamarca do século XVI, foi a tua última reencarnação completa, e que Frank W. era uma personalidade fragmentária. Não percebi bem a distinção.

Seth respondeu:

— Frank W. era uma personalidade fragmentária no sentido de que a minha essência total não foi traduzida para a sua realidade... apenas uma pequena parte foi. Eu estava, nos teus termos, a semear uma nova personalidade, que depois seguiria o seu próprio caminho. Foi a minha bênção à Terra — o meu último pensamento — o fragmento de mim que deixei para seguir adiante, nos teus termos, à maneira terrestre... uma memória de mim, por assim dizer. Responde isto à tua pergunta?

Agora, despeço-me com um caloroso boa noite!

AULA DE PES 3 de outubro de 1972

A aula começou com a Jane a contar sobre a visita, na semana anterior, de Richard Bach e do seu editor, que inicialmente tinham planeado participar nessa aula. A Jane apresentou também o Tam, seu editor da Prentice-Hall, que estava presente. O Tam partilhou com a turma algumas das suas primeiras experiências com a Jane e o Seth.

Depois falou brevemente sobre quiromancia e a sua experiência com ela. Durante essa conversa surgiu a palavra "psiquismo", e o Seth surgiu:

Dou-vos as boas-vindas, como sabem, e antes de continuarmos, recomendo apenas uma mudança de termos. Em vez de "psiquismo"... "naturalismo". Usar naturalismo significa usar todas as vossas capacidades. E se estivessem realmente a ser naturais, usá-las-iam livre e felizmente. E sei que o nosso autor Franz aqui (Tam) concorda comigo. Estarei aqui a ouvir, e tenho umas pequenas surpresas para ti também (Tam).

O Tam transmitiu as palavras do Seth à Jane. A Marianne contou um sonho, narrado por uma amiga, sobre um acidente de avião, e a turma discutiu-o. Seguiu-se uma discussão animada e abrangente. Num momento particularmente ruidoso e alegre, o Seth interveio:

Já ouvi isso algures antes. Só vim para fazer esse comentário ao nosso amigo aqui (Tam), porque o Ruburt está prestes a dar-vos um intervalo. Mas ainda não me despeço!

Após o intervalo, o Wade e a Marianne cantaram uma "Canção da Gaivota" para nós. O Seth voltou:

Tu és uma gaivota. Todos vocês são gaivotas, e gaivotas Sumari por cima disso. E (para o Mike) não tens nada a temer. Para de acreditar no medo. Estás a assustar-te a ti próprio.

Depois deste comentário, o Seth olhou diretamente para o Rich. O Rich comentou que isso era "terrível". O Seth respondeu de imediato, em tom alto e bem-humorado:

E tu devias saber!

A conversa passou para o tema das crenças. O Carlos sugeriu que às vezes é difícil distinguir entre crenças e simples desejo. O Seth entrou:

Já era tempo! Agora estás a começar a reconhecer a diferença.

Pensa nisto (para o Carlos), (O cabelo do Ruburt vai levar-me à loucura!)... Em primeiro lugar, eu sou factual. Confio na verdadeira Terra, sou uma criatura física e confio no meu corpo. Mas isso pode tornar-se uma crença central e, se te agarrares demasiado a ela, liga-se a outras crenças. E essas outras crenças, secundárias mas dependentes, dizem: "Ser factual é manter-me no corpo e estar ligado à Terra. Sair do corpo é deixar o bom senso para trás."

Este é apenas um exemplo. As tuas crenças ligam-se a outras que falam sobre elas — "Estou no meu corpo e estou vivo, logo sair do corpo é morrer."

Agora, essas crenças não são inconscientes. Só precisas de as assimilar e perceber que as tens. E então, trazes à tona outro material consciente que também existe, para as combater.

Podes dizer: "O velho Ruburt ali está bem vivo e já saiu do corpo muitas vezes. Por isso, não há nada a temer — ele não morreu por estar fora do corpo."

(...palavras perdidas...) Enquanto não reconheceres as tuas crenças, tornas-te impotente para trabalhar e brincar com elas. O teu corpo, por exemplo, é perfeitamente capaz de cuidar de si mesmo enquanto estás fora. Assegura-te disso. Isso é importante para ti, percebes? Porque és vigoroso de forma física. Tens medo que, ao saíres do corpo, ele se torne menos físico — fraco sem ti lá dentro. Isso não é verdade. Não te vou embaraçar mais com uma análise mais profunda das tuas crenças nessa direção. Descobre-as tu mesmo.

A discussão sobre crenças continuou, e o Rich disse que se perguntava se acreditasse com força suficiente que cada pessoa que encontrasse lhe daria um dólar, se isso realmente aconteceria. O Seth respondeu-lhe diretamente:

Estou a dizer que as tuas crenças formam a realidade. As tuas crenças individuais e as crenças que partilhas com os outros. Agora, a intensidade de uma crença é extremamente importante — e há pressupostos fundamentais que partilham, sendo mais difícil contrariá-los, mas é possível fazê-lo, como esta turma o está a fazer!

E, se acreditares, em termos simples, que as pessoas te desejam o bem e te tratarão com gentileza, então assim será. E, se acreditares que o mundo está contra ti, essa será a tua experiência. E, se acreditares... se acreditares que vais começar a deteriorar-te aos 22 anos, então assim será.

E, se acreditares que és pobre e sempre serás, então a tua experiência assim to confirmará. As tuas crenças encontram-te cara a cara quando te olhas ao espelho. Elas formam a tua imagem. Não podes escapar às tuas crenças. No entanto, são o método através do qual crias a tua experiência.

Quando falo contigo sobre crenças, pensas logo em crenças negativas, percebes? Mas estão todos aqui sentados à minha frente, bastante físicos. Os vossos olhos mexem-se, as vossas cabeças acenam, o vosso sangue corre pelas veias. É óbvio que todos acreditam que estão vivos, e essa crença serve-vos bem. Acreditam que é outono, e assim é. Por isso, não pensem necessariamente só em crenças negativas.

Ele acredita que ri (referindo-se ao Mike), e ri mesmo — e nós rimos com ele. Não transportam apenas crenças negativas. A própria alegria do vosso ser fala das vossas crenças positivas.

Portanto, não queria que se concentrassem nas crenças negativas que têm. Com isso em mente, quero que vejam onde é que as vossas crenças entram em conflito umas com as outras. Quero que examinem, pela primeira vez nesta vida, a vossa mente consciente e os seus conteúdos.

Ouvimos muitas vezes falar aqui das profundezas obscuras do inconsciente, e dos grandes poderes que residem dentro de nós, mas pouco se diz sobre o milagre da mente consciente e o que poderá lá estar. Quase parece que todos estão muito ansiosos por acreditar que todas as respostas estão

escondidas debaixo da consciência, onde é difícil encontrá-las. Por isso, vamos mudar um pouco o jogo.

Orgulham-se de ser criaturas conscientes. Então, digo-vos para estarem atentos ao conteúdo da vossa mente consciente — é um pedido simples. Estão apenas agora a começar a perceber o quanto ela está carregada! Está tudo disponível. As crenças não estão enterradas a não ser que acreditem que estão. Os pensamentos, sentimentos e emoções que vos orientam não estão perdidos num armário escuro da vossa mente — estão bem lá, se estiverem dispostos a olhar. Está tudo disponível, e de forma própria, tudo é criativo e construtivo, e está tudo ali para ser visto, utilizado e reconhecido por vocês. Já disse isto no meu livro, mas estou apenas a começar a dizê-lo!

Os "bichos-papões" não estão escondidos nas profundezas do inconsciente. Não precisam de jogar às escondidas com psicólogos para os encontrar. Não estão enterrados no vosso passado nesta vida nem em nenhuma outra. Não estão presos por promessas feitas. Não estão presos por falsas crenças. São seres conscientes e livres — e, com sorte, vão aprender a ser seres conscientes e alegres. E, quando forem, deixarão de ter medo do vosso eu interior, e deixarão entrar livremente dados do mundo exterior e do mundo interior, sentindo-se totalmente seguros na vossa posição.

Quando forem para a cama à noite, ouçam os vossos pensamentos — são conscientes. Podem tomar consciência do que estão a pensar. Muitas das respostas estão, portanto, nos vossos pensamentos conscientes. E não ignorem isso nem atribuam tudo o resto a outras causas. As "coisas boas" estão lá, e são vossas.

E para te mostrar como sou atual (para o Rich), esquece os teus dilemas com o sono.

O Rick perguntou: "Está tudo na mente inconsciente?"

É importante que percebam que não estão à mercê do inexplicável, que não estão à mercê de acontecimentos sobre os quais não têm controlo — quer sejam eventos psicológicos ou físicos, nos vossos termos. Como já vos disse, há pouca diferença entre acreditar que a vossa vida atual é causada por eventos na infância ou por vidas passadas sobre as quais, da mesma forma, acreditam não ter controlo. Os vossos acontecimentos, as vossas vidas, as

vossas experiências são causados pelas vossas crenças atuais. Mudam as crenças e a vossa vida muda.

O Fred perguntou: "Seth, as crenças têm consciência?"

As crenças... é bom que tenhas feito essa pergunta, pois vou abordá-la no próximo capítulo! As ideias não são apenas coisas que vocês mantêm. Elas têm estrutura psíquica, agrupam-se como as células. Tentam formar outras estruturas para criarem significado a partir de si mesmas.

O Fred perguntou: "É isso que forma as personalidades secundárias? Tem alguma ligação?"

O termo é teu! E deixo-te com isso. Mas há métodos, por exemplo — e eu vou apresentá-los no meu livro — que te permitem examinar as tuas crenças, livrar-te de algumas e manter outras, sem teres medo que o edifício todo te caia em cima da cabeça.

A Carrie perguntou: "E as emoções?"

As emoções estão sempre por trás das tuas crenças. E as tuas crenças ditam as tuas emoções. Muitas vezes sentes aquilo que acreditas que devias sentir numa dada situação.

O Mike perguntou: "Seth, e as ideias do Janov sobre chegar a um ponto em que deixas de pensar 'acho que devia acreditar nisto' — e em vez de tentares mudar crenças com esforço, simplesmente tens um sentimento de base que te diz no que acreditas?"

Enquanto compreenderes quais são as tuas crenças, és livre para as usar. Quando assumes que a tua crença é a realidade, ela pode tornar-se invisível para ti.

Por exemplo: se acreditas que o mundo está contra ti e não percebes que isso é uma crença tua — mas sim um facto sobre a realidade — então não és livre para mudar essa crença por outra, nem para confrontar a realidade. E, quando alguém te confronta com isso, dirás: "Mas essa é a natureza da realidade." E ficarás cego ao facto de que isso é... uma crença.

Mike: "É esse o ponto onde se chega após, digamos, uma terapia primal?"

Agora, se acreditares que do coração oculto de ti mesmo vais descobrir segredos profundos e negativos, e que eles te libertarão, então continuarás a desenterrar segredos escuros e desconfortáveis... até que, finalmente, acredites — sob terapia — que já descobriste o suficiente, e então a salvação será a tua resposta.

É um jogo. Agora, se conseguires encontrar liberdade e compreensão de ti mesmo através desse jogo, então joga — mas sabe que é isso: um jogo. Existem outros caminhos. Esses outros caminhos consistem em confiares em ti, em mudares as tuas crenças, e em perceberes que, apesar da tua experiência atual, não há nada a temer.

E para contrariar a crença no medo, deves dizer a ti próprio que és bom, que a tua experiência é boa, e recusar, pura e simplesmente, ter medo.

Outra coisa é, dentro da tua própria experiência, enquanto compreendes o teu estilo de vida e o reconheces como parte de ti, perceberes que, nos anos futuros, vais ver os teus pais independentemente do estilo de vida que escolheram — que esse estilo é um disfarce — que existe sabedoria em ti a partir da qual podes crescer, que os fantasmas da tua mente são apenas fantasmas, e foram criados por ti. E que podes confiar em ti mesmo.

Encontra uma relação significativa entre ti e o universo. Sente-a — e não precisarás de fantasmas. Agora, vou falar-te sobre fantasmas, porque isso pode também ajudar os outros. Precisas de algo contra o qual possas rebelar-te, e esses são os fantasmas.

Mike: “Isto é algo pessoal ou algo universal?”

É universal, mas cada um tem a sua forma de o materializar. Precisas de uma ligação com significado entre ti e o universo a um nível consciente. Mas tens de confiar em mim quando te digo — já que não confias em ti quando tu mesmo to dizes — que o teu Eu interior é bom, íntegro e livre.

Agora, se sentes que a terapia de que estás a pensar é uma estrutura dentro da qual consegues trabalhar, então poderás trabalhar com ela. Mas não precisas dela. O que precisas é de chegar a um ponto em que dizes: “Estas coisas assustam-me — mas não vou continuar a lidar com elas. Estou no controlo.”

Mike: “Dizes: ‘Encontra uma relação significativa com o universo...’ Isso equivale a encontrá-la ou, mais ou menos, a inventá-la?”

Ela já lá está. Precisas de trabalho que tenha significado para ti. Precisas de saber que estás a enfrentar a realidade física e a encontrá-la nos teus próprios termos.

Al: “Podemos mudar uma crença para atingir um objetivo?”

Podes, e já o fazes — constantemente.

Al: “Não tinha percebido. Estava a pensar no que disseste à Johanna na semana passada: que, se ela pensasse que as coisas materiais lhe viriam, isso aconteceria. Como pode ela decidir pensar isso e pensar com o objetivo de o alcançar?”

Pode perfeitamente — e não há outra maneira de o fazer.

Wade: “Isso pode ser feito coletivamente também.”

É sempre feito coletivamente.

Tam: “E retroativamente também. Ou seja, se acreditarmos que algo aconteceu no passado, podemos criar esse acontecimento no passado?”

E já o fizeste.

Tam: “Fiz eu, ou fizemos todos?”

Fizeram todos. Agora, devolvo a aula ao nosso amigo — creio!

Depois do intervalo, a discussão geral retomou-se, voltando às crenças: o que são, como funcionam, e o que o Seth tinha dito antes da pausa. O Mike mencionou a dificuldade de encontrar justificações racionais.

Não precisas de justificar a tua existência, nem de justificar o espaço que ocupas neste planeta — mais do que uma flor precisa. E já sabem o que eu penso sobre flores!

Seria ridículo uma flor dizer: “Quem sou eu para viver? Que devo fazer para justificar a minha existência? Sou uma flor. O que mais posso ser? Como posso

ser uma flor melhor? Devo abrir as pétalas mais alto, mais brilhante? Devo virar-me para a esquerda, para a direita, para norte ou sul? O que devo fazer para justificar a minha vida?"

Tens tanto direito a existir como uma flor, uma aranha ou um sapo. Quando pensas que tens de justificar a tua existência, estás a negar a vida que há dentro de ti. Estás a negar o teu ser.

Tu és. Estás aqui. E a flor não está. Tens uma mente consciente, tens significado e propósito. Quando assumes hábitos de crença em que te dizes constantemente: "Não valho nada, não sei porque estou aqui, não conheço o meu propósito ou significado," então, quanto mais disseres isso a ti mesmo, menos capaz serás de ver o teu próprio valor ou as tuas crenças — e fechas-te a ti mesmo.

Tens assumido, como garantido, que não tens valor, que não gostavas dos teus pais, que não se entendiam, e que não havia lugar para ti.

Agora, só por brincadeira, experimenta estas ideias — não tens nada a perder! Diz a ti mesmo: "Tenho significado. Se uma flor é importante, então certamente eu também sou. Tenho tanto direito a viver como uma aranha. Eu sou eu. Existe um ponto de encontro entre mim e os meus pais."

Isso não quer dizer que tenhas de os abraçar com beijos nas bochechas. Significa, no entanto, que serás capaz — com sorte — de os ver através das tuas próprias crenças, e isso permitir-lhes-á ver-te através das crenças deles. Porque ambos usam palas.

Mas, a decisão é consciente. Se acreditas que não consegues lidar com a realidade, que os monstros te perseguem, e que as alucinações são reais, então estás a negar a tua própria realidade — com toda a sua bela consciência. Porque, claro que és capaz de lidar com a realidade física. Diz a ti mesmo que és. Aceita a responsabilidade alegre do teu ser.

Agora, o grito primal não é de ódio, nem de medo, nem de protesto contra a vida, nem de rejeição do nascimento. É, antes, a aceitação alegre de um novo começo. As crianças (os bebés) não matariam os seus pais se pudessem, em protesto por estarem vivos. Isso é disparate! Nem o teu ser contém rejeição contra o seu papel na realidade física.

Rich: "E se eu acreditar, por exemplo, que posso ir para uma montanha isolada, que ninguém habita, e que em dez anos uma mulher linda de cabelo roxo vai passar e apaixonar-se por mim — com olhos roxos. Se acreditar com força suficiente, isso vai acontecer?"

Se acreditares com força suficiente, e se não achares mais fácil aceitar uma mulher com outro tom de cabelo, e se não houver nenhuma razão pela qual não possas simplesmente aceitar um amor normal numa esquina comum, e se estiveres disposto a desfazer todas as outras ligações, e acreditares nisso profundamente... então vai, com a minha bênção!

O Mike começou a repetir à Jane o que o Seth tinha dito, usando a analogia da flor...

Antes que continues, tenho mais uma coisa a dizer-te. Lembra-te disto amanhã, e no dia seguinte, e no seguinte. Não precisas de acreditar em mim. Podes acreditar ou não acreditar em mim. É em ti que tens de acreditar. E agora... podes continuar.

O Mike continuou a desenvolver a analogia da flor dada por Seth. A conversa voltou então à pergunta do Rich sobre esperar na montanha durante dez anos, quando o Seth interrompeu:

Dez anos é muito tempo à espera, convenhamos!

(...) Todas estas perguntas de tom mitológico protegem-nos de enfrentar as crenças que temos agora, no nosso dia a dia. Em vez disso, projetamos crenças fantásticas que na verdade nem temos — para não termos de encarar aquela que está agora mesmo na nossa cabeça… as crenças comuns e banais com que moldamos a nossa realidade. E são truques astutos que usam com frequência contra vocês próprios. São rejeições engenhosas. Permitem esconder-se das crenças que realmente têm.

E, mais do que isso (para o Rich): *Tu sabes disso!... Mexe-te!!! Faz-te bem!*

Mas todos vocês, no entanto, estão bastante propensos a fazer o mesmo. Porquê esse impulso de se esconderem das vossas próprias crenças conscientes? Porque ainda querem atribuir a outras causas a natureza da vossa realidade quotidiana… e querem uma saída! Procuram contradições.

Dizem: "Tudo funciona para os outros. Eles formam as suas crenças e moldam a realidade. Mas comigo não… porque..."

Espero que este aqui (Rich) comece a concentrar-se na sua mulher de cabelo roxo, já sabendo de antemão — enquanto abana a cabeça — que na verdade não acredita que a vai encontrar. E depois poderá dizer: "Ah-há! Depois de dez anos... isto não funciona!"

Mas também estou a brincar contigo — e digo-o a sério, mesmo nas brincadeiras. Tenho algo para te dizer mais tarde (para o Tam), mas agora devolvo a aula ao Ruburt, para que vejam que esta é a aula dele.

Jeff: "Isso também é uma crença."
E todos vocês a têm!

Durante a continuação da discussão sobre crenças, o Carlos comentou que não se pode brincar com as crenças. O Seth regressou:

Estão sempre a brincar com crenças! É por isso que quero que fiquem conscientes das vossas crenças — para poderem perceber com que jogos estão a brincar, e quais são as regras. É isso que tento fazer-vos ver. Ouçam o que dizem a vocês próprios a cada hora do dia. Essas são as vossas crenças. São claras. Ouçam-nas.

E agora, é hora de o Ruburt chamar um intervalo.

Depois do intervalo, o Seth voltou, dirigindo-se ao Tam:

Tenho umas palavras para o nosso altivo *Airofranz* aqui — e ele explicará depois o que significa o nome.

Claro que sabias, quando vieste aqui, ao que vinhas.

Tam: "Originalmente?"

Originalmente. E, claro, reconheces as decisões. E todos vocês, de algum modo, sabiam do nosso gaivota, que então embarcava nos seus próprios caminhos, que o levariam até onde está agora. E, claro, estavas envolvido com o *Oversoul Seven*. E, como disseram anteriormente, o que fazem juntos — tu e o Ruburt — tem pouco a ver com o que estão a dizer. As palavras são apenas uma moldura convencional. Agora, as tuas próprias experiências

exaltantes têm valor e significado para o teu desenvolvimento pessoal, sim — mas também existem por outra razão. Tens de lhes dar um lugar pessoal.

Tam: "Isso sendo uma das razões?"

Sim, uma das razões. Ainda não te dei certos dados de fundo, em termos reencarnacionais, que espero dar-te. E há uma razão para isso.

Tam: "Não teria significado?"

De facto, não teria. Mas também tinhas de te desenvolver a ti mesmo — e de levar a mensagem para além do que é considerado "o mundo do oculto" — para que possas relacioná-la com os outros. E só quando a compreendesses pessoalmente é que o poderias fazer.

Tam: "Sei exatamente do que estás a falar."

Tens essas capacidades, e pensas no Ruburt como alguém com essas capacidades. E percebes que são características humanas naturais — e não separadas ou especiais. Agora, existem outras ligações entre ti, o Ruburt e o *Oversoul Seven*.

Tam: "A entidade ou o livro?"

O livro, e a razão da sua existência. Agora, o *Oversoul Seven*, à sua maneira — e segundo a vossa terminologia — é uma entidade. E é brincalhão. Não precisa de lidar com detalhes. Pode voar livremente à frente. Mas há razões para isso, e eu prometi dizer-te mais tarde — se não chegares lá por ti mesmo — ligadas às conexões entre ti e o Ruburt.

Tam: "Então, aquilo que estávamos a captar esta tarde era válido?"

Era, sem dúvida.

Tam: "Na realidade física, há uma coisa que me pergunto. Podemos de facto criar acontecimentos, como disseste. Mas acho que estou a chegar à diferença entre o passado físico 'real' — no sentido de uma linha histórica de probabilidades — e um passado que está numa linha de probabilidades alternativa. Portanto, aquilo que captámos seria verdadeiro numa linha provável que aceitamos como... (palavra perdida)."

Era, de facto. Mas também podes causar mudanças aí.

Tam: "Acho que devia fazer algo quanto àqueles manuscritos, não achas?"

Acho mesmo. E penso que consegues. E, como o Ruburt te disse, não te deixes enredar por cultos. Há uma certa pessoa em quem estou a pensar — e sabes de quem falo — o autor mencionado anteriormente. Agora, aprecia-o, e aprecia a vossa relação. Mas sê livre ao teu modo. E usa o teu intelecto de uma maneira que ele não usa — ainda. Ele usará, mas precisa de direção.

Tam: "Bem, tu sabes melhor do que eu, mas sabes quanto já o tenho orientado."

Sei, sim. Agora, o teu papel como editor, por exemplo, irá mudar — terás mais autoridade e poder. Será um desafio quando perceberes que as mensagens disponíveis podem ser entregues ao mundo em geral, tiradas do oculto e oferecidas ao público. Isso ajudará não só a ti mesmo, mas também à tua alma.

Outra ligação: pensa no *Airofranz* — pensa no nosso querido monge e no seu plano. Pensa em como os monges consideravam naturais os planos. E pensa na doutrina contra a qual ele trabalhou — e na tua posição agora.

Agora, devolvo a aula a ti.

Seth retirou-se, e o Tam transmitiu à Jane o que tinha sido dito. Explicou à turma o significado do nome *Airofranz* e partilhou parte do material reencarnacional que tinha recebido anteriormente de Seth. O Seth voltou...

Agora, o nosso amigo Airofranz ainda não compreendeu o que é o Sumari. Por isso, gostaria de lho explicar — da forma que lhe for natural. Haverá uma breve canção em Sumari, e depois gostaria que explicasses o Sumari à tua maneira.

E para vocês dois (Wade e Marianne), haverá uma noite em que faremos um concerto Sumari. Mas não será esta noite.

O Seth retirou-se, e o Sumari veio através de uma canção, que começou por ser dirigida ao Tam, depois ao Rich, e novamente ao Tam. A canção continuou

com o Sumari dirigindo-a, por ordem, a Carlos, Mike, Hugh, Mary Ann, Fred, Bea, Pete, depois à turma como um todo, e finalmente voltando ao Tam.

Seguiu-se uma discussão sobre a canção e as interpretações de vários membros. O Sumari então voltou e encenou um drama muito intenso e emocional envolvendo o Tam e a Bea. Após a retirada do Sumari, o Tam e a Bea partilharam as suas impressões sobre o drama. Após alguns minutos de discussão, em que ambos tentaram perceber qual poderia ter sido a sua ligação, o Seth voltou e dirigiu-se ao Tam:

Farei apenas alguns comentários. O resto terão de descobrir por vocês próprios. Porque esse é o propósito do vosso desenvolvimento.

(Ela) — a Bea — estava perturbada porque, no passado, reagiste filosoficamente. E por isso, ela fica ainda mais perturbada agora, quando interpretas o material que te foi dado de forma... filosófica. Estás a reagir agora como, nesses termos, reagiste então.

(E para a Bea) Pensaste que ele era demasiado sério naquela altura, e agora achas que ele ainda é demasiado sério — uma crença.

Mas isso é tudo o que te direi, porque quero que trabalhem algumas destas questões por conta própria. E quero que vejam como as vossas reações atuais, numa situação de aula, refletem aspetos de vocês que existem agora, e que estão vivos e ativos agora. E o resto da diversão deixo à vossa interpretação.

Vamos ver como se saem.
Tam: "Vais dar-nos notas?"
Até maçãs verdes dou, se quiserem!

AULA DE PES 10 de outubro de 1972

A aula começou com uma discussão sobre o que aconteceu desde a última aula. A Marianne contou um sonho envolvendo a costa dourada de África, e a Jane falou de algumas das cartas que tinha recebido durante a semana. A conversa voltou ao tema dos sonhos, e o Seth apareceu:

Já vos disse que estão conscientes enquanto dormem.

Estão a trabalhar com crenças. Se acreditam que não conseguem lembrar-se do que acontece enquanto dormem, então não se lembrarão. Mas, à medida que tomam consciência de uma nova crença — de que toda essa informação está disponível na mente consciente se a procurarem — então ela lá estará. Continuam a seguir as vossas crenças, estejam a dormir ou acordados. Podem, sem qualquer perigo (para a Hope), combinar ambas as atividades. Ela sabe por que razão estou a dizer-lhe isto especificamente.

Num dos casos, o corpo está apenas a descansar. A consciência está consciente, mas não focada na realidade física habitual. E assim, nessa realidade física, muitas vezes dispensam a informação, para poderem continuar. Mas, à medida que crescem, serão capazes de seguir ambos os tipos de informação com facilidade. Só quando acreditam que não conseguem, é que não conseguem.

Só queria deixar este comentário, como resultado da vossa experiência.

Tenho outro comentário — e não vou olhar para ninguém em particular enquanto o faço. O número 2 tem de se esforçar mais. E os números 3 têm de se esforçar ainda mais. E ai daquele homem ou mulher que carrega o peso do tributo alheio. Pois tal pessoa já não é livre. Por isso, pego nesse tributo e atiro-o pela janela como uma bola de criança, e deixo-a voar para onde quiser — ou brinco com ela! Porque aqueles que vos oferecem tributo, oferecem-vos também o peso da responsabilidade deles. E esse é apenas o começo de um comentário.

A turma relatou à Jane o que o Seth disse, especulando sobre o significado das suas afirmações e para quem seriam dirigidas. O Seth voltou:

Aqueles que aceitam esse tipo de tributo não entendem o que estão a fazer. Eu, no entanto, entendo sempre o que estou a fazer.

A discussão continuou, com tentativas de analisar os comentários do Seth. O Jeff perguntou se isso se aplicava à "Gaivota", um visitante da turma de há algumas semanas.

Isso não se aplica a nenhuma gaivota. Pelo menos, o que eu disse não se referia à gaivota.

...Sou o número 2, e preferia ser o número 100...

O Jeff comentou algo sobre o Seth "esgueirar-se do grande além". Seth respondeu:

Estou a falar do grande "aqui", e tu também estás a falar do grande "aqui". E és parte do cosmos tanto quanto eu sou — e tu também és (para o Jeff).

Depois de uma longa pausa, o Seth continuou, dirigindo-se ao Rich:

Ouve o teu próprio ser. Aquele que se coloca acima dos outros torna-se um falso deus. E aquele que se embriaga com o tributo alheio precisa disso mais do que de drogas. E aquele que te confunde, confunde-se a si próprio. E aquele que te fala em termos ambíguos fá-lo porque não vê com clareza.

O Rich começou a questionar-se se o Seth se referia a ele e a um conflito interno que sentia, e se resolver esse conflito poderia representar um grande avanço. O Seth respondeu:

Significa simplesmente ouvir o teu eu interior e confiar na integridade do teu próprio ser. E isto aplica-se a ti também (para o Jeff).

O homem que diz — ou o espírito que diz — "só eu tenho a verdade, aqui estão os mapas, este é o único caminho", ou que o implica nas suas ações ou ensinamentos, não tem o caminho. O homem — ou espírito — que se coloca acima de ti, não está acima de ti. Não há "acima" ou "abaixo" nesses termos. Cada consciência tem o seu próprio significado, a sua própria integridade e a sua própria beleza — tal como tu tens a tua (para o Rich), e tu tens a tua (para o Jeff).

Qualquer homem que diga: "Este conhecimento é secreto, só o revelarei às violetas, ou às rosas, ou às nuvens, ou às gaivotas", não tem o conhecimento. O conhecimento é livre como o ar que flui discretamente pelas tuas bochechas cósmicas. Pertence-te. Aquele que ergue armários de segredos (para o Rich), não tem nada que valha a pena esconder.

A alegria da vitalidade não deve ser escondida — nem os caminhos para a usar. As chamas cósmicas fluem por cada um de vocês, num oitavo de segundo, ou num tom (para o Wade e a Marianne). Dão sentido e vitalidade à vossa vida. E não pertencem a apenas alguns.

O vento murmura os segredos constantemente. Quem, então, ousaria encerrá-los num culto ou num livro? Os segredos falam por toda a parte à tua volta. Quem, então, teria a ousadia de dizer: "São apenas para alguns"? Ou de te ensinar isso? Os segredos cantam através do teu sangue. São a tua herança. Que nenhum homem se autoproclame sacerdote ou semi-deus. Vocês são os deuses!

Faz honra a ti mesmo.

Numa das canções Sumari, está escrito: "Os deuses não se ajoelham — por isso, tu também não te ajoelhes." Os deuses cantam dentro do teu próprio ser.

A minha voz não é mais do que a verdade que as folhas cantam — mas tu não ouves as folhas, nem o som que as flores fazem ao crescer — mas tu não ouves as flores!

Por isso, falo apenas em nome delas — e em teu nome, por ti mesmo. Não te feches nos armários de personalidades ou crenças, mas abre as portas do teu ser. Há luz solar a entrar por essas fendas cósmicas (para o Jeff), e não há senhores do universo a guardar o ar. Tu és a lei do universo. Caminha com coragem pela tua própria mente e reclama o teu reino.

Não estou a ser ambíguo. E se esperavas que falasse com clareza — é o que estou a fazer.

Rich perguntou: "Isso significa que qualquer conhecimento que eu adquira posso transmitir aos amigos a quem sinto que o devo transmitir?"
Seth respondeu: Podes, sem dúvida. Nunca coloquei limites de segredo sobre o que digo. Está publicado!

Seguiu-se uma discussão sobre o que o Seth dissera ao Rich e sobre os motivos dos seus comentários. O Seth voltou, dirigindo-se ao Rich:

Não foi uma repreensão, nem estava a criticar o teu amigo, mas sim a explicar o estado da sua experiência — e a armadilha em que caiu.

Rich perguntou: "Essa armadilha materializou-se fisicamente?"
Claro que sim. Sempre se materializam.

O Rich parecia ter compreendido de quem e de quê o Seth estava a falar. Disse que, naquele momento, não sabia se devia concordar ou discordar.
Seth respondeu:

Ele sabia perfeitamente o que iria acontecer ao aceitar que viesses aqui — e fê-lo por ti. E não te esqueças disso.

Após o intervalo, a Hope partilhou a sua experiência recente como professora de escola dominical. Em vez de seguir o plano de aula, leu o livro *Jonathan Livingston Seagull*. Contou as reações das crianças e, em especial, um desenho feito por uma menina da turma. O Seth regressou, retomando o fio da conversa, referindo-se ao que a Hope disse, e dirigindo-se ao Rich:

A criança de que a nossa amiga está a falar tem o segredo. E o que a nossa amiga partilhou é o segredo — e esse segredo não é secreto. Assim como as crianças interpretaram o que ouviram, também os outros interpretam à sua maneira as verdades — ditas e não ditas — que estão disponíveis.

Não há nada pelo qual tenhas de te sentir culpado. Como o Ruburt diria: "Não faças disso um drama!" Esse tipo de responsabilidade não é tua, mais do que era do François. A responsabilidade está em cada indivíduo e em cada membro do grupo. Não podes tentar carregá-la por eles — ou cais na mesma armadilha. Mas aqui (referindo-se à Hope), não há armadilha — só há liberdade.

E não quis interromper-te, e és uma boa professora.

A Hope disse que nem pensou na analogia quando falou da história da gaivota. O Seth respondeu, primeiro à Hope e depois à Jane:

Tu sabias, e foi por isso que a trouxeste. E (para o Rich) o François sabia, e foi por isso que teve de vir aqui. Não esperes que ninguém esteja 100% certo — nem o teu amigo François, nem ninguém, nem sequer tu. E não te preocupes com o ângulo através do qual estás a aprender — tanto quanto uma flor não se preocupa com isso!

O Rich refletiu que, se conseguisse assimilar o que o Seth dizia, talvez conseguisse "reentrar na raça humana."
Seth respondeu:

Tu nunca a deixaste. Mas não deveria ser eu a dizer-te isso!

Seguiu-se uma discussão sobre o que o Seth disse e sobre as verdades e mensagens. O Wade falou sobre a distorção das mensagens. O Seth respondeu:

A verdade está sempre fresca. As folhas que cantam fora da tua janela com o vento — a consciência que é tua, e que percebes — é intemporal e nova. A mensagem, portanto, está sempre presente, sempre nova, e sempre sem idade. A mensagem é o veículo que usas — e é para muitos, não para poucos. A mensagem é tão nova como este momento, e tão antiga quanto ele.

Tu és a mensagem (para o Rich). Tu és a mensagem (para a Carrie). A Hope é a mensagem.

Rich perguntou: "Seth, é verdade que certas verdades já estiveram envoltas em parábolas e fábulas?"
Estão envoltas em parábolas e fábulas agora! Tu és uma fábula! Ouve os contos que contas!

A verdade não é mais nem menos real do que alguma vez foi. E isso é uma afirmação carregada! Tu és a verdade e a mensagem — cada um de vocês é — assim como eu sou. A alegria e a espontaneidade pertencem-vos. E a espontaneidade (para o Pete), lembra-se da sua própria disciplina. E só pensam em disciplina quando se esquecem do que é a espontaneidade.

Agora, quero uma interpretação do que disse, para o Ruburt ouvir — de ti (Jan), de ti (Rich), de ti (Bea), e de ti (Isabelle). E vamos ver quantas interpretações recebemos.

Antes que o Seth se retirasse, a Sue contou-lhe que, ao sair de casa naquela noite, perguntou ao seu filho pequeno, Shawn, se ele tinha alguma mensagem para o Seth. Ele respondeu: "Livro."

E sei qual é a mensagem — e é o nosso segredo!

Os membros da turma, indicados pelo Seth, relataram à Jane o que ele dissera. Quando a Isabelle estava a falar, o Seth voltou, bem-humorado, dirigindo-se diretamente a ela:

Quero ouvir-te tocar — e dizer o que tens a dizer... na gravação!

A discussão em aula continuou e a Sue, voltando ao tema do seu filho, relatou um episódio em que ele, de forma totalmente espontânea, usou linguagem bastante forte enquanto estavam na casa dos seus pais. Estes ficaram chocados, mas a Sue insistiu que as palavras usadas deviam ser ignoradas, por saber que seriam rapidamente esquecidas e não voltariam a ser repetidas. A Florence, como professora, discordou do método da Sue, argumentando que a criança podia ter problemas quando chegasse ao jardim de infância, se não fosse corrigida antes e ensinada a usar palavras alternativas. A Sue manteve a sua posição: o melhor era não dramatizar, e garantiu que as palavras já tinham desaparecido do vocabulário do filho. A Florence insistiu que uma correção deveria ter sido feita.

O Seth voltou, de forma bastante incisiva, dirigindo-se à Florence e utilizando deliberadamente a(s) palavra(s) que tinham sido referidas:

Para o Shawn, a palavra não tem carga. Por isso, ele não sentirá necessidade de se exibir diante dos colegas — na sua porra de aula de jardim de infância! As crianças que vão usar essa palavra na tua aula, querida senhora de Florence, são aquelas para quem a palavra já carrega um peso emocional. E vão testá-la contigo para ver se a tua reação é igual à da mãe deles. E vão saber que "pim-pim" ou "tralalá" é uma palavra segura para "fuck". E vão saber que tu sabes. E por isso vão experimentar contigo para ver o que aprovas.

Mas as crianças que usariam essa palavra para chocar a tua aula ou a ti — não são as que podem usá-la à vontade em casa sem que ninguém repare.

A criança já vem carregada antes de chegar à tua aula. Concordo que, nesse ponto, tens o problema de como lidar com a situação no contexto da tua sala de aula. Mas se lhes disseres que não há nada de errado com a palavra, aceitarão o que dizes. Se tu própria aceitasses o que os teus superiores dizem, então a palavra perderia a carga porque deixaria de ser destacada. O segredo deixaria de existir. O peso simbólico desapareceria simplesmente por não lhe darem atenção.

Depois de uma longa pausa, o Seth falou agora à turma em geral, lentamente, com grande seriedade e ênfase:

Quando vão aprender que os vossos corpos são bons — e que aquilo que os corpos fazem também é bom? E que as palavras para descrever as atividades dos corpos são boas? Vocês têm corpos que fodem! É assim que entram nesta existência. É um termo glorioso — exceto quando acreditam que é errado. E quando aceitam dos outros a ideia de que é errado, então quando eles usam o termo, é para vos provocar, porque sabem que isso vos afeta.

Nesta vida, vocês vêm do esperma e do útero. Vêm do encontro de carne com carne — e chegam a cantar, não com gritos primais!

E que falem os que dizem que esse método é errado — mas não sejam ouvidos por vocês. E que aquilo que sabem seja interpretado através da alegria do vosso ser. Não deixem que as palavras vos assustem.

Agora, para terminar, digo: as bênçãos que tenho, dou-vos. As que não tenho, terão de encontrar vocês próprios. E esta adorável, porra de aula está encerrada por esta noite. Desejo-vos, portanto, uma noite bem aberta — nada secreta. Boa noite.

Ao relatar à Jane o que o Seth disse, especialmente nas palavras finais, houve alguma confusão. O Seth regressou, em voz alta e com ênfase, repetindo a sua declaração final, e acrescentou:

Tivemos a noite oposta à de "segredos"!
(E depois, dirigindo-se à Isabelle:)

Se eu não me preocupo com o que digo para a gravação, por que haverias tu de te preocupar? (E depois, para o Wade:) E certifica-te de apagar os comentários que ela tão bem fez na fita — a não ser que ela ache que estão seguros, comparados com o que eu disse!

AULA DE PES 17 de outubro de 1972

No início da aula, a Jane contou sobre a visita, na semana anterior, do editor de livros da *Time Magazine*. A edição da semana seguinte teria uma reportagem de capa sobre Richard Bach, e poderia conter referências ao Seth e ao seu material.

Seguiu-se uma longa conversa sobre a aula anterior, centrada sobretudo no Rich, e nas experiências dele e de outros com o François e os seus

ensinamentos — e sobre como o material do Seth da semana anterior se encaixava na situação. Após essa discussão, o convidado Don começou a contar uma história. O Seth irrompeu, com humor e energia, dirigindo-se ao Don: Gosto de ti!

A conversa seguiu por diversos temas e acabou por chegar ao tópico dos sentimentos e emoções. O Seth voltou:

Agora, desejo-vos uma boa noite. E porque talvez não saibam o que estamos a fazer, vou dizer-vos. À maneira Sumari, vamos demonstrar — o que são os sentimentos. E vão perceber muito depressa. E tu também, Don. Dá-nos um momento para o Sumari.

Seguiu-se uma canção Sumari, com partes dirigidas a vários membros da turma. Imediatamente após a canção, o Seth voltou, dirigindo-se à turma:

Espero que traduzam para os nossos convidados. E vamos ver quão bem se saem! Começamos contigo, Carlos.

Seguiu-se uma discussão sobre o Sumari. O Sumari voltou — desta vez de forma muito sonora e intensa. Alguém comentou que a canção tinha semelhanças com um canto gregoriano. O Seth interrompeu, energicamente:

Ora, os papas conhecem bem o canto gregoriano! E podem partir daí!

A conversa prosseguiu sobre o Sumari, e se seria o Seth a cantar ou de facto o Sumari. O Seth voltou:

Aquilo não era canto gregoriano. Só queria que soubessem que como papa, eu conhecia o canto gregoriano — e lançar esse comentário para que usem como entenderem. Mas aquilo não era canto gregoriano.

E, para esclarecer — e recordando a sessão de que falam — deem-nos um momento.

O Sumari voltou, falando suavemente, referindo-se a muitos objetos na sala e aparentemente dando, em estilo Sumari, a identificação de cada um. O Seth regressou:

Agora, a ortografia não é importante. (Longa pausa.) O significado viaja com o som. A linguagem não é uma linguagem nos vossos termos. Não é uma linguagem da mente consciente.

É UMA LINGUAGEM EM QUE OS SONS TÊM SIGNIFICADO.

É uma linguagem que comunica com a parte de ti que não é capturada por palavras, mas que pertence e compreende o som. O Sumari serve para te levar além das palavras. E, ainda assim, como auxílio de aprendizagem, dá-te sons que fazem referência a objetos — apenas para que possas finalmente compreender a realidade interior daquilo a que chamas objetos. Os significados expressam a realidade dos objetos.

Agora, vai demorar algum tempo para que alguns de vocês aqui percebam o que estou a dizer — como também demorou algum tempo para perceberem o que venho a dizer há muito. Mas ainda não compreendem o significado do Sumari. E até certo ponto ainda não compreendem o que aqui está a acontecer. E isso foi o Seth!

Depois de mais discussão sobre o Sumari, o Seth voltou. Ao falar, puxou para junto da cadeira um saco de papel cheio de maçãs, que o Carlos tinha trazido para a aula, e enquanto falava, começou a atirar as maçãs pela sala até cada pessoa ter uma:

Vamos fazer uma experiência! Todos vocês conhecem a mitologia associada às maçãs. Quero que pensem em várias coisas. E, como veem agora, vou jogar à socapa! (O Seth continuava a atirar as maçãs.)

O que pensam das maçãs? O que significam para vocês? E se alguém vos atirar uma ou duas maçãs, o que fazem? E se acham que o conhecimento é algo errado, pegam na maçã? E quantos de vocês pensaram duas vezes? E se a maçã já tiver uma dentada, o que isso significa? E o conhecimento é algo errado, proibido, uma dádiva da serpente à mulher? O que é a sabedoria, o ato de comer a maçã? A sabedoria está no que os vossos dentes fazem ao morderem a maçã? Ou está na maçã que se permite ser mordida?

Com todo o vosso conhecimento, não sabem o que faz uma maçã crescer. E, como já vos disse muitas vezes, não sabem o que faz crescer a mais pequena célula do vosso dedo mindinho do pé.

Agora, com toda a boa intenção… aqui temos uma adorável flor artificial! (O Seth pegou numa margarida artificial que a Marianne tinha trazido.)

O que sabe esta flor — esta flor artificial — sobre o que é uma flor verdadeira?

Ainda assim, os átomos e as moléculas que compõem esta flor artificial estão conscientes. Não têm a mesma consciência que os da flor real — mas estão conscientes, e têm consciência de vocês. E o som crocante da maçã quando a comem é percebido pela flor artificial. E não há nada que não seja natural.

O Carlos perguntou: — "Uma maçã aprecia ser comida?"

Pergunta à tua maçã! Por que me perguntas a mim, se eu não sou uma maçã? Pergunta à tua própria maçã. Toma consciência da tua comunicação com ela — e depois, quando o Rubert sair do transe, responde à tua própria pergunta.

O Carlos disse: — "És um professor exigente!"

Todos os bons professores são exigentes — e fáceis também.

Agora o Rubert sabe — a Gertrude Stein disse: "Uma rosa é uma rosa é uma rosa." Mas… uma margarida artificial com pestanas, disso não sei eu!

Agradeço a intenção (dirigindo-se à Marianne), e espero que compreendas a intenção — e mais ainda.

(Seguiu-se um intervalo. Depois do intervalo, a aula voltou a abranger vários temas. O Don contou algumas das suas experiências passadas e os seus estudos de materiais como os que o Seth lhes transmitia. O Seth voltou:)

E sabes bem que eu não era mais um fantasma do que vocês são. E vocês todos, à vossa maneira, são bastante fantasmagóricos!

Ele (referindo-se ao Don) fala não só por si, mas também pelo silencioso ali no canto (o Tom). Mas também compreende a grande liberdade da sua própria realidade. E sabe o que vos disse na semana passada — que as mensagens são levadas pelo vento, varrem o universo, não são segredo. E por isso, o Rubert, o Joseph, a Gaivota (*Seagull*), o Timothy e a Eleanor estão a garantir

que as ideias são dadas ao povo — alegremente e em voz alta! E não guardadas só para alguns.

O que eu digo é dito por qualquer folha, se apenas ouvirem; é dito pelas moléculas dentro dos vossos corpos, se ouvirem — nada de secreto, nem para poucos, mas para as multidões. Ouçam, então, o vosso próprio ser. A minha voz deve simplesmente levar-vos à vossa própria voz, para que a ouçam e a sintam no vosso próprio pulsar, como já a estão a começar a ouvir na relação entre vocês e a maçã.

Examinem as vossas crenças!

Durante a discussão que se seguiu, o Jeff começou a relatar algumas informações de vidas passadas que tinha recebido recentemente. O Seth voltou:

A informação que recebeste era basicamente correta. E era isso que querias saber.

O Rich perguntou: — "Seth, posso também perguntar se é válido dizer que, de certa forma, eu caí na mesma armadilha que o François?"

Sem dúvida. Agora, o resto de vocês está envolvido em tornar esta informação real — nos vossos próprios termos, como tu (Rich), mas em termos menos esotéricos, como tu (Rick), tu (Arthur), e tu (Jeff).

E podem aprender muito ao observar como essas pessoas aplicam estas verdades nas suas vidas diárias. Saiam do armário! (para Rick)

Esqueçam o "segredo uau" e os "métodos secretos" e o "poder proibido"!

O poder proibido é o que vos deixa de boca aberta enquanto olham para mim. É muito prático. O poder proibido é o que faz a vossa língua sair pelos lábios enquanto olham para mim, e isso é muito natural. O poder proibido é tão natural e tão real como qualquer um de vocês — como tu és, Dianne! E ela não me parece nada intimidante!

O Rick disse que havia certas técnicas que conhecia e queria saber se eram válidas. O Seth respondeu:

Agora, se tiverem paciência comigo, imaginem que isto é uma flor viva. Ela cresce — cresce sem saber como cresce. Começa a pensar, como vocês começam a pensar, e diz:

"Quem sou eu para crescer? Deve haver um método secreto pelo qual eu cresço…"

Então, olha para os amigos, e diz:
"Qual é o segredo do meu crescimento?"

E o amigo diz:
"Estudei muito, prestei atenção, e eu sei. Tu cresces porque, a uma certa hora da tarde, viras-te para aquela violeta em particular, e sem perceberes o que fazes, dizes à violeta: 'Só pensarei em crescimento. Oh, grande violeta, diz-me como crescer.'"

E assim, a nossa flor, ouvindo tamanha sabedoria, vira-se todos os dias às quatro da tarde para a violeta e diz:
— "Diz-me como crescer."

E a violeta responde:
"Todas as tardes, às quatro, eu olho para a rosa."

E a rosa diz:
"Todas as tardes, olho para esta humilde folha."

E tu (Rick), tens de terminar a história.

O Rick reformulou a sua pergunta sobre a validade de certas técnicas, ao que o Seth respondeu:

Qualquer técnica em que acredites será válida para ti dentro do teu sistema de crenças. Mas vai trazer-te exatamente — exatamente — o que esperas!

(Seguiu-se um intervalo. Depois, a discussão voltou às palavras "proibidas" que tinham sido abordadas na semana anterior. O Seth regressou:)

Podes pegar na palavra "moo" (muu), pensá-la, dizê-la cautelosamente, quando tens a certeza de que os teus filhos não estão por perto — sussurrá-la atrás de portas fechadas! Sempre que alguém ouve essa palavra, apanhas-te a ti mesmo, e não a dizes. Antes de a dizeres, olhas em todas as direções. E

em breve, na sala da nossa querida Florence, vais ter algum espertinho a dizer "moooo!", e terás de inventar outro "ding-a-long" para substituir.
As palavras não têm significado nenhum.

Agora, a nossa Senhora de Florence, e quando uso a palavra "Senhora", sei bem o que quero dizer… A nossa Senhora de Florence vem a esta aula há mais tempo do que qualquer um de vocês, e com desejos mais profundos, reservas mais intensas, esperanças maiores e desespero mais profundo. E tem tentado traduzir, à sua maneira, aquilo que eu tenho dito.

E quando ela fala, ela expressa os vossos medos mais profundos. E vocês ouvem-na, e às vezes riem disfarçadamente, às vezes riem abertamente — mas são os vossos medos. E os seus anseios também são os vossos anseios — não se esqueçam disso.

Ela encara, de forma muito prática, o problema de trazer o material para a vida diária. E, com todo o respeito (para Florence), nem sempre foste corajosa. Mas sempre foste sincera e fizeste tanto quanto sentiste que podias fazer em determinado momento.

E muitos de vocês nem sequer têm esse impulso — nem têm de o ter. Tu (para o Arthur) não tens de traduzir este material nos moldes da sociedade convencional, e a nossa Senhora de Florence tem.
Por isso, o que ela aprende, aprende por todos vós.
E os medos que verbaliza, verbaliza por todos vós.
E os desejos que sente, sente por todos vós.

Tu (para Rick) achas-te fora do tal "sistema" ou "establishment". E encontras, na nossa Senhora de Florence, alguém inserido nele. Mas ela vem aqui e tenta traduzir o que aprende nesses termos — para mudar por dentro. E, se não comunicarem com ele, não podem mudá-lo.

E é tudo o que tenho para vos dizer esta noite.
Os meus cumprimentos calorosos a todos, e um afetuoso boa noite.

Durante a discussão que se seguiu, foi dito que alguns não tinham compreendido o que o Seth queria dizer com "o sistema". O Seth voltou:

Eu estava a falar de pessoas que acham que a palavra "foda" é errada.

Arthur: "Também lido com pessoas que pensam assim."

Não lidas — não, pelo menos, com os teus amigos mais próximos ou com as pessoas com quem tens laços íntimos. Tens um estilo de vida mais livre, e por isso a tradução não é tão necessária. Eles vão entender a sacralidade da palavra 'foda'. Mas os alunos dela — e os pais deles — não entendem. Estás a perceber-me agora?

Sim!

Fico contente. E não é minha intenção parecer que venho de uma tasca, mas uma tasca pode ser mais sagrada do que uma igreja — e que nenhum de vocês se esqueça disso!

AULA DE PES 7 de novembro de 1972

A aula começou com uma leitura e discussão do artigo da revista *Time* sobre o livro *Jonathan Livingston Seagull* e o seu autor, Richard Bach. O Bach tinha assistido a uma sessão algumas semanas antes, e o artigo da *Time* incluía vários parágrafos sobre a Jane e o Seth.

Como parte da tarefa de aula de semanas anteriores, a Dianne leu um ensaio sobre crenças. Imediatamente após a leitura, o Seth manifestou-se:

Para todos vocês, nos vossos papéis — ou nos papéis que têm na cabeça — escrevam aquilo que espero que venha a ser a vossa crença principal.
E não é nada original, já me ouviram dizer isto muitas vezes:

"Eu sou uma pessoa digna e merecedora. Tenho direito à minha vida neste universo. Tenho direito de existir, simplesmente por ser."

Agora, ao examinarem as vossas próprias crenças, qualquer uma que contradiga esta, risquem-na! (para Dianne) E, se o fizerem, não terão dificuldades.

E não se comparem com a ideia de perfeição. Vocês são perfeitos tal como são. Estão a acontecer! São um ser em acontecimento, com todas essas coisas que acham que são imperfeições.

A perfeição é sempre um estado de tornar-se. Se a encontrassem, se a tivessem, não a quereriam mais — mas não vos contamos isso!

Agora, deixo-vos trabalhar com as vossas próprias crenças, por isso este antigo, velho, decrépito fantasma — naquela mulher de meia-idade — vai deixar-vos continuar com as vossas crenças! E lembrem-se do que vos disse: Nos vossos termos, a perfeição seria uma realidade fria, sem resposta.
E a vida da consciência é sempre responsiva, generosa e flexível.

A Cindy começou a tentar repetir à Jane a afirmação dada pelo Seth. Ele interrompeu bruscamente:

Cantem-na! Brinquem com ela! Sejam-na! Decorem-na!

A Cindy voltou a tentar repetir a frase à Jane. O Seth interrompeu de novo:

E eu não sei — e já o disse — porque é que o Rubert alguma vez se preocupou em ser demasiado flamboyant, quando o meu exagero nunca me incomoda. E o teu (para George) também não devia ser escondido!

Cindy tentou falar novamente, mas foi outra vez interrompida:

Eu só estava a tentar dizer ao Rubert — para que tu dissesses ao Rubert — que se eu nunca estive particularmente preocupada em parecer espiritual, respeitável ou calada, então não entendo porque é que ele achava que devia estar. E depois de todas as minhas existências, nos vossos termos, nunca me considerei outra coisa senão viva e a viver. Não vejo por que razão os meses e as semanas devem preocupá-lo tanto, ou a qualquer um de vocês. Eles não são lama na qual tenham de pisar com botas pesadas, sabiam? Nos vossos termos, são pontos-momento da existência — as flores de experiência que cheiram ao longo do caminho. E agora, transmite a minha mensagem e ficarei em silêncio.

Durante a conversa que se seguiu sobre o acima, Rick comentou:
"Deus pode perdoar os teus pecados, mas o teu sistema nervoso não."
Seth respondeu:

Se a tua ideia de Deus perdoa, então o teu sistema nervoso também perdoará!

Quando acreditas que não és digno — e interpretas essa crença, por exemplo, como sendo gordo, ou solitário, ou pobre — estás a seguir as tuas crenças na perfeição.

Não há nada de inferior nessa realidade que criaste.
É, na verdade, um belo exemplo das tuas crenças em ação.

Se acreditas que és inferior (para Dianne), e vês diante de ti o reflexo dessa crença — então fizeste um trabalho excelente ao projetar essa crença para o exterior. Dá-te os parabéns! Mas, se não gostas do resultado, muda as tuas crenças. Não há nada de errado contigo. Fizeste um bom trabalho ao projetar essas crenças. Não há nada de errado com nenhum de vocês, com o vosso ser, com aquilo que são — e nunca deixem que vos digam o contrário.

Estão apenas a usar as vossas capacidades e a aprender a usá-las — e continuam a aprender. Mas não há nada de errado com o ser que está a aprender. E é isso que quero que saibam.

Não há nada de errado com os "eus" que vocês são. Não confundam as crenças que não gostam com os seres que são. E agora, estou pronto para ouvir alguns ensaios.

Durante a discussão, enquanto Sarrie falava, Seth voltou-se para George:

Não quero que te concentres nas tuas crenças negativas. Fizeste algumas coisas bem — e ainda estás a fazer — e quero que transfiras esse sentimento de "acertar" para outras áreas.

Também podes atravessar túneis escuros e emergir noutras realidades — e é isso que espero que faças. E que voltes a esta realidade a carregar a tua própria vitalidade, sem medo dela, sentindo a alegria do teu ser e assumindo a responsabilidade por essa alegria. Não que tenhas uma responsabilidade pela alegria, mas que és a alegria — e, por isso, deixado em paz, expressas-te automaticamente como as árvores oferecem folhas.

E, como o Rubert queria dizer-vos há algum tempo: A criatividade é muitas coisas. (Agora em voz baixa, quase inaudível) Às vezes é silêncio. E manifesta-se através dos átomos e moléculas no teu dedo do pé ou no cotovelo. (Mas agora, em voz muito alta:) E outras vezes, fala com a força das tempestades, com a alegria do vento, com o estrondo das estrelas a rebentar pelo universo!

Aceita-a, então, na forma como ela vier. Sente-a nos pequenos pelos que tentam crescer no teu rosto e formar uma barba, ou na ponta da tua orelha. Tu és crenças!

Se queres saber o que são crenças, sente-te a ti mesmo. Tu és crenças materializadas!

Durante esta conversa, Larry perguntou ao Seth sobre um sonho que tivera na semana anterior. Perguntou sobre a validade relativa de duas entidades que tinha encontrado em estado de sonho. Seth respondeu:

Ambas são válidas. E ambas existem simultaneamente. Tu apenas mudas o foco de uma para a outra. Agora devolvo-vos a vós próprios e à aula.

A Jane pediu ao Carlos que trouxesse de novo o seu ensaio da semana anterior para reler uma parte. Ele leu o trecho onde dizia sentir um conflito entre as suas crenças. O Seth voltou:

Por que estás diante do conflito com as tuas próprias crenças?
Se realmente acreditasses no teu papel de vagabundo do mundo e andarilho, não terias tido tantos filhos. Cuidaste, propositadamente, de manter um meio-termo entre as tuas crenças — para te dar uma desculpa para fazer o que achas que queres fazer, mas mantendo-te ancorado.
Porque precisas muito de sentimentos de segurança com outros seres terrenos. E acreditas que é melhor navegar "entre", e sentir esses anseios, e satisfazê-los dentro de certos limites rígidos que as tuas próprias crenças impõem.

Criaste a tua realidade. Queres ser livre — mas tens medo de ser livre demais. Queres sentir laços familiares fortes — mas não demasiado fortes.
E por isso colocaste-te numa situação em que tens um certo espaço para atuar. Cabe-te a ti tirar partido desse espaço que criaste. Muda, então, as tuas crenças — e percebe que podes ter liberdade mesmo dentro do que te parecem ser limitações. As limitações não existem. E assim que perceberes que podes fazer o que queres fazer e cumprir as tuas obrigações ao mesmo tempo — então farás isso.

Carlos perguntou:
"O que é uma obrigação?"

O que achas tu que é uma obrigação? A minha ideia de obrigação não tem nada a ver com a tua crença!

Carlos: "Uma obrigação é uma crença. É uma crença imposta."

O Rich interveio: "A palavra 'obrigação' implica responsabilidade. E se não cumprires essa responsabilidade... estás lixado!"

Tens a liberdade de fazer o que queres — e, ao mesmo tempo, cumpres as tuas ideias sobre responsabilidade. Enquanto acreditares que estás preso entre duas crenças em conflito — então estarás mesmo.

Após o intervalo, a Jane pediu ao Wade para ler o seu ensaio sobre o novo exercício da semana anterior. O Wade tinha chegado à parte em que falava da sua relação com os alunos numa aula de música — quando o Sumari se manifestou.

Houve uma canção Sumari para o Wade, aparentemente relacionada com a sua relação com os alunos na situação que ele tinha descrito. Após a canção, Wade começou a dar a sua interpretação. Os Sumari voltaram a intervir com uma narrativa, enquanto a Jane tentava traduzir o conteúdo para inglês.

Após uma discussão sobre os Sumari, a Cindy partilhou uma experiência sua que se enquadrava no tema das crenças, e o Jeff leu o seu ensaio. Enquanto o George comentava o texto do Jeff, o Seth regressou:

AS VOSSAS CRENÇAS SÓ VOS SÃO INVISÍVEIS A VOCÊS. SE ACREDITAREM QUE OS VOSSOS PRÓPRIOS PROCESSOS MENTAIS ESTÃO ESCONDIDOS DE VOCÊS, E QUE OS VOSSOS VALORES E IDEIAS ESTÃO NO INCONSCIENTE, E SE ACREDITAREM QUE É DIFÍCIL COMPREENDEREM O QUE SÃO E QUEM SÃO, ENTÃO AS VOSSAS CRENÇAS SOBRE VOCÊS PRÓPRIOS ESTÃO PERFEITAMENTE CLARAS NA VOSSA MENTE CONSCIENTE, E PODEM SER DESCOBERTAS AÍ, SE APENAS ENTENDEREM QUE ESSA INFORMAÇÃO ESTÁ DISPONÍVEL.

FOI-VOS ENSINADO QUE ESSA INFORMAÇÃO NÃO ESTÁ DISPONÍVEL, E QUE TÊM DE JOGAR JOGOS DE ESCONDE-ESCONDE. MAS ISTO NÃO É VERDADE. IRÃO DESCOBRIR O QUE OS OUTROS PENSAM DE VOCÊS À MEDIDA QUE DESCOBRIREM O QUE VOCÊS PENSAM QUE OS OUTROS PENSAM DE VOCÊS. PROJETAM AS VOSSAS IDEIAS SOBRE ELES E, DEPOIS, REAGEM.

AGORA, E ISTO É PARA TODOS, HABITAM NUMA REALIDADE FÍSICA, NOS VOSSOS TERMOS. SE NÃO PRECISASSEM DE UMA MENTE CONSCIENTE, NÃO TERIAM UMA. SE TODA A INFORMAÇÃO, ENERGIA, CAPACIDADE E PODER FOSSEM INCONSCIENTES, ENTÃO A MENTE CONSCIENTE NÃO TERIA

PROPÓSITO. MAS TÊM UMA MENTE CONSCIENTE. FOI-VOS ENSINADO QUE OS SEUS PODERES SÃO LIMITADOS — E, EM PARTE, SÃO — MAS NÃO SÃO NEM DE PERTO TÃO LIMITADOS COMO IMAGINAM.

AS VOSSAS CRENÇAS SÃO CONSCIENTES E ESTÃO DISPONÍVEIS PARA VOCÊS, MAS SÓ SE ACREDITAREM QUE ELAS ESTÃO ESCONDIDAS É QUE NÃO CONSEGUIRÃO ENCONTRÁ-LAS.

A Marge perguntou: "Seth, quando falas da mente consciente, estás a referir-te, ou a incluir, também a consciência interior?"

FALO DA CONSCIÊNCIA DO "EU" QUE PENSAM SER QUANDO DIZEM 'EU SOU'.

O Rich perguntou ao Seth: "Tendo como objectivo transformar um dia o meu trabalho em lazer e encontrar nele uma base para libertar alegria espontânea e capacidades criativas, tens alguma sugestão sobre capacidades em que deva ou não deva focar-me?"

APENAS QUE EXAMINES AS TUAS CRENÇAS SOBRE AS TUAS PRÓPRIAS CAPACIDADES, E QUE NÃO DESISTAS!

O Carlos começou a perguntar: "Seth, serão as leis da natureza um conjunto de..."

AGORA ESTAMOS A FALAR DE CRENÇAS. ACREDITAS QUE EU TENHO AS RESPOSTAS E TU NÃO. MAS TU TENS AS RESPOSTAS, E ELAS ESTÃO DENTRO DE TI.

ACREDITAS – E ISTO (apontando para a Cindy) – AQUELE SER COM OS ÓCULOS NO CHÃO – QUE, DURANTE ALGUNS MOMENTOS, ALGUM MUNDO INVISÍVEL SE TORNA VISÍVEL. E, COMO O NOSSO AMIGO DISSE, FÍSICO. MAS TU ÉS INVISÍVEL, FEITO FÍSICO. E FALAS MUITO MAIS DO QUE EU. ESTÁS TÃO PERTO DO AR COMO EU.

PROJETAS EM MIM O CONHECIMENTO QUE TU PRÓPRIO POSSUIS. É TEU. RECONHECE QUE É, E ESSA É A MINHA RESPOSTA PARA TI.

Carlos: "Esse é o meu trabalho?"

É SIM.

AULA DE PES 21 de Novembro de 1972

A noite foi ocupada com a leitura dos ensaios de vários membros da turma sobre crenças, e sobre como essas crenças influenciavam os outros e as suas reacções. O último ensaio foi o do Jeff, em que ele relatava em bastante detalhe as suas experiências ao fazer o exame médico prévio à incorporação militar durante o período da guerra do Vietname. Os membros da turma discutiam o ensaio, os prós e contras do serviço militar e das guerras em geral, quando o Seth interveio:

"Esta noite foi vossa, e continua a ser. Mas, quando todos os jovens se recusarem a matar em nome da paz, e quando todas as mulheres proibirem os seus homens de matar em nome da paz, e quando perceberem que não virá paz através da matança, e que os fins não justificam os meios, e quando se encherem de pensamentos de paz, então sim, haverá fim da guerra. Mas, enquanto houver quem vá para a guerra em nome da paz, haverá guerra."

"E, enquanto alguma mulher ensinar os seus filhos a ir para a guerra por amor à paz, haverá guerra."

"Vocês criam o vosso mundo. Quando o preenchem com ideias de paz, a paz cresce. Quando pensam em agressão, atraem agressão e despertam-na nos outros, tanto nas relações diárias como entre nações."

"Quando não se compreendem, projetam o que não compreendem nos outros – nos vossos amigos e colegas – e depois têm medo daquilo que não compreendem, sem perceber que é o vosso próprio medo. E fazem o mesmo enquanto nação em relação a outras nações. Não há forma de garantir paz senão cada homem, CADA HOMEM, baixar as armas."

"Fazer o que ele fez (Jeff) parece, de facto, loucura. Comportamento de idiota, no mundo que conhecem! Mas é, na verdade, um comportamento muito sensato."

"Agora, o nosso amigo aqui não conseguiu ultrapassar a barreira. Não conseguiu transformar a ida à guerra numa realização criativa. E digo-te (Hugh), se estivesses na idade dele e naquela guerra, terias feito, à tua maneira, o mesmo. Terias transformado isso num esforço criativo, de facto, e terias ajudado a liderar aquela geração."

“Se a sanidade levar os vossos filhos à morte, então prefiro ser louco, todos os dias!”

“E isto não é para destacar a nossa Senhora de Veneza. Pois, à vossa maneira, em diferentes circunstâncias, a vossa razão é muitas vezes a mesma. E muitos de vós ainda pensam que a paz deve ser silenciosa e digna, e que a excitação só se encontra onde não há paz. Mas isso é só porque ainda não exploraram a paz em todas as suas formas criativas. E não há dúvidas sobre onde eu olho!”

“Por isso, pensem nas formas em que a forma de pensar da nossa Senhora de Veneza se aplica à vossa, noutras áreas das vossas vidas e pensamentos.”

O Seth retirou-se, e a Cindy começou a explicar à Jane o que tinha sido dito. O Seth interrompeu:

"Um ponto que queria sublinhar — e podem dizer isso ao Rubert mais tarde — é que é necessária energia agressiva para emitir pensamentos e sentimentos de paz. Por isso, a vossa ideia de agressividade está completamente errada. A agressividade é acção, e os pensamentos de paz que irradiam para fora requerem agressividade, alegria e vitalidade. Não é, portanto, apenas um sentimento calmo, embora esse também seja importante. Mas o impulso pela paz é tão natural como o impulso de uma flor a crescer desde a terra. Agora, continua."

A Cindy começou novamente a relatar à Jane o que o Seth tinha dito. Alguém mencionou a palavra "violência" em relação ao tema.

Seth voltou a interromper:

"O vosso próprio respirar, nesses termos, exerce violência sobre o ar. Uma violência alegre!

"Vocês não compreendem a posição da nossa Senhora de Veneza, e usam o mesmo tipo de raciocínio noutras áreas. É o seguinte: suponhamos que os nossos belos rapazes americanos decidem não lutar. Mas, suponhamos que os belos rapazes russos ou chineses não tomam a mesma decisão. Então, acham que estão vulneráveis, e que precisam enfrentar qualquer ameaça ou parecem fracos. Portanto, compreendo a vossa posição."

A Veneza dirigiu-se ao Seth: "Leste os meus pensamentos, Seth. Estava mesmo a pensar: espero que o Seth diga ao inimigo para também largar as armas." O Seth respondeu:

"O inimigo não precisa de um Seth, mais do que vocês, para lhes dizer para largarem as armas. Precisam do seu próprio eu interior. E, se um dos lados largar as armas, o outro lado perceberá que não há necessidade de tê-las.

"Vocês não conseguem compreender isto agora, mas digo-vos que a vossa própria obsessão com as armas, como país, é captada pelos outros. Os vossos próprios pensamentos materializam-se, e criam guerras nas vossas mentes que depois têm de enfrentar com carne e sangue. Sonham com guerras que os vossos filhos terão de combater — e tudo começa na mente.

"E nenhuma gota de sangue corre, como no poema do Rubert, que não tenha antes corrido na vossa mente, e nas mentes de todos vocês.

"E não há outra maneira de alcançar a paz senão acreditando nela. Enquanto falo aqui, outros também falam noutros países, como fizeram noutras épocas. E vocês não ouviram! E, ao não ouvirem, continuam a criar a realidade que têm. E, ao criarem essa realidade no mundo que conhecem, e no tempo como o entendem, regressam repetidamente — filhos mortos em campo de batalha nascem como mulheres, que depois criam os seus belos filhos para repetir, mais uma vez, a velha história.

"Assim será feito convosco como vós fizerdes. E, como pensais, assim será o vosso mundo.

"A realidade que têm é um reflexo dos vossos pensamentos. Se não gostam do mundo, têm de mudar os vossos pensamentos, e nenhuma manipulação exterior mudará a face da vossa experiência se não mudarem os vossos sonhos e pensamentos.

"O que é a memória reencarnacional senão as vossas próprias memórias a regressar continuamente, nos vossos termos? A vossa própria experiência! Então, olhem para o futuro, porque podem fazê-lo, e mudem-no pelas vossas acções mentais no presente!

"Vocês criam as montanhas. Criam os vossos corpos. Criam as estações do ano, os continentes, os rios. Criam o sorriso da Susan, e a mão onde repousa

a cabeça do Barrie, e a guerra, e as pragas — todas as pragas — que parecem assombrar a humanidade — guerra e pobreza. Também criam isso.

"É o vosso mundo. Então mudem-no agora."

O Rich dirigiu-se ao Seth: "Tenho uma pergunta sobre pessoas que lideram outras. Deve haver um elemento comum, algum fascínio nisso, no poder que obtêm — seja numa nação, cidade ou o que for." Seth respondeu alto e com ênfase:

"Eles aceitam o seu próprio poder — como vocês deviam aceitar o vosso. E essa é a vossa resposta."

Barrie perguntou ao Seth: "Porque é que as pessoas decidem matar-se?"

Seth respondeu:

"Eles criaram uma realidade física em que tais coisas eram possíveis, mas não predestinadas.

"Quero que façam uma coisa. Quero que lidem com isto durante a próxima semana: 'Este é o meu mundo, e no meu mundo eu sou bom.' E quero que apliquem isso às vossas vidas. Quero que escrevam o que isso significa para vocês, e como isso pode mudar as vossas vidas se o compreenderem a fundo.

"Nas vossas próprias vidas, no vosso próprio mundo, vocês são bons. E, se são bons, e se acreditam nisso, que mudanças fariam? Como poderia a vossa atitude ser alterada?

"Agora, despeço-me com uma boa noite afetuosa, e dou-vos as bênçãos que tenho. E aquelas que não tenho, procurem-nas no vosso dedo mindinho do pé!"

Seguiu-se uma discussão sobre as palavras do Seth. Durante esse tempo, o filho da Veneza, o Tavid — de quem ela tinha falado anteriormente — juntou-se ao grupo da aula. A conversa nessa altura não foi gravada, mas o Seth regressou de repente, de forma bem-disposta, dirigindo-se à Veneza:

"Que isso te sirva de lição, em linha com o que disse há pouco!"

Veneza: "Ainda assim, quero que ele tenha dignidade."

Seth: "De que tipo?"

Veneza não respondeu. Seth continuou:

"Uma flor tem dignidade! Tu tens dignidade! Ele tem dignidade! Ele tem dignidade, aconteça o que acontecer — e teve dignidade (o Jeff) quando fingiu que era um idiota!"

Barrie: "Ainda não entendo porque é que as pessoas se matam umas às outras o tempo todo."

Seth: "Então é melhor que me expliques!"

Barrie comentou: "As crianças nascem, crescem, discutem com os pais, vão à casa de banho e depois acabam a matar-se umas às outras. Simplesmente não entendo porque não conseguem apenas brincar juntas..." Seth interrompeu:

"Porque não ouvem a si próprias. Porque lhes ensinaram que, no fundo, não valem nada. E, por isso, estão demasiado dispostas a sacrificar-se por qualquer deus ou símbolo, porque não respeitam a beleza simultânea do seu ser — ou a beleza simultânea de uma aranha, ou de um cão, ou de uma galinha, ou de um sapo."

Barrie: "Porque é que não param simplesmente?"

Seth: "Pergunta-lhes!"

"Enquanto acreditarem na agressividade e na força, neste país, elegem pessoas que também acreditam na agressividade e na força, e que reagem em conformidade — e o mesmo acontece nas outras nações.

Infelizmente, confundem agressividade com força, e por isso têm medo de eleger um homem pacífico. E todos os outros países sentem o mesmo — têm medo de colocar no poder, por qualquer meio, homens pacíficos. Assim, a situação mundial é o resultado das vossas crenças individuais, em massa.

Agora, quando cada um acreditar na paz e deixar de acreditar que o bem é fraco e o mal é poderoso, então, a nível nacional, colocarão no poder pessoas que acreditam na natureza activa da paz. E, mais uma vez, não há outra resposta.

Eu sou, tal como vocês, basicamente independente da carne. Mas, nos vossos termos — e apenas nos vossos termos — têm um problema físico, que deve lidar com o tempo e lugar que criaram. E enquanto acreditarem que devem lutar pela paz, perderão o vosso próprio propósito.

Nos termos mais vastos, sabem perfeitamente que não podem aniquilar uma consciência. E todos os que morrem na guerra sabem, de antemão, que morrerão nela. Mas, mesmo assim, nos termos físicos, tudo isso tem de ser vivido, pois o objectivo da existência física é perceberem que os vossos pensamentos se tornam matéria enquanto estão aqui — e a matéria pode ser vulnerável. E, assim, através da experiência directa, aprendem o que acontece quando deixam os pensamentos e sentimentos de agressão correrem livremente. Já disse isso no meu livro.

Um artista pode criar uma paisagem de guerra, e vocês podem observá-la — pode ser uma obra-prima. Mas vocês são criadores multidimensionais! E quando criam uma paisagem de guerra, então as pinceladas sofrem — porque vocês são as pinceladas. E as armas são reais, e as feridas também. Mas é uma excelente representação — uma excelente obra criativa multidimensional!

Se não gostam da paisagem, mudem as pinceladas. Limpem a tinta. Façam uma nova pintura…

E agora despeço-me com uma calorosa boa noite — bênçãos e tudo."

AULA DE PES 28 de Novembro de 1972

A aula envolveu a leitura de ensaios de semanas anteriores. O Rich acabara de ler o seu, e a turma começou uma discussão sobre a "espontaneidade" — o que é, e quais são os seus limites. O Al perguntou como é que alguém poderia não ser espontâneo. O Seth respondeu:

"Tentem mais ser espontâneos, e estarão, pelo menos, a pôr todos os obstáculos possíveis no vosso caminho — e essa é a resposta à tua pergunta. E libertar-vos com as vossas crenças é espontâneo, tal como o são as vossas reacções."

"E gosto de vos ouvir, por isso acho que vou continuar!"

A Dianne começou a relatar à Jane o que o Seth dissera, quando ele regressou em silêncio. A Dianne comentou que não conseguia repetir o que ele dissera enquanto ele olhava para ela. O Seth respondeu bem-disposto:

"Vou fechar estes olhos e parecer santo!"

E, num comentário jovial para os membros sentados no chão:

"Eles não acham que isso seja muito santo!"

"Ele (Rich) conseguiu dizer — conseguiu confessar — que acredita no bem e no mal. Vão expulsá-lo da aula? Todos vocês acreditam no bem e no mal, até certo ponto."

"Agora, se alguém está a atirar pedras... já ouviram essa história antes, noutro contexto!"

"E agora, volto espontaneamente à vossa discussão espontânea."

O George leu um texto satírico (uma bela paródia) sobre como devemos ser espontâneos. O Seth regressou:

"Se me permitem a expressão: bem-aventurados os que têm sentido de humor!"

"E essa é a conclusão desta mensagem profunda."

(OS PRIMEIROS 4 PARÁGRAFOS FORAM OMITIDOS DA GRAVAÇÃO)

AULA DE PES 5 de Dezembro de 1972

Durante o primeiro período da aula, o Larry, o Barrie e o Rich leram os seus ensaios sobre crenças. Após a pausa, o Rich e o Rick continuaram uma discussão bastante acalorada sobre o Gnosticismo, a sua anterior ligação com Françoise e as suas actividades actuais em Nova Iorque. Um deles comentou que não compreendia por que razão não conseguiam discutir aquele material de forma racional. O Seth apareceu e respondeu:

"Vou dizer-vos porquê. Porque ambos sabem. E cada um acredita simplesmente que o outro está errado — e ambos acreditam que estão certos. E, como já vos disse muitas vezes, quando acreditam que possuem a

verdade, podem discutir ferozmente. A maioria dos casos de violência ocorrem por causa das vossas crenças no bem e no mal. Bons discípulos vão para a guerra. Não são homens pacíficos. Precisam de lutar para provar que as suas crenças estão certas. Pouco importa quais são as crenças, se conduzem à discórdia. Não precisamos de uma guerra religiosa em miniatura! Não precisamos de uma guerra gnóstica! Nenhum de vocês está ameaçado, excepto pelas vossas próprias ideias. E, com tudo o que escreveram sobre as vossas crenças, esta noite foi a melhor demonstração que poderiam ter dado."

"Eu não teria feito um trabalho tão bom! E (dirigindo-se ao George), diz ao teu filho que, quando estou vivo, pareço-me assim! Agora digo-vos: continuem, pois estão a fazê-lo magnificamente!"

Após o intervalo seguinte, a Connie leu o seu ensaio sobre crenças e seguiu-se uma discussão. O ambiente parecia muito mais calmo, e o Rich comentou que tudo parecia completamente diferente do que antes do intervalo, e perguntou-se o que estaria a acontecer. O Seth respondeu-lhe:

"Ele queria dizer que esperava a minha voz calma! De facto, tenho estado a ouvir desde antes do intervalo. E há várias coisas que queria dizer. Mas, antes de mais, uma palavra para ti (Connie), depois de tirar o cabelo do Rubert da frente dos olhos. E todos sabem o que vou dizer."

"Estou morto, nos vossos termos, e ainda assim consigo rir um pouco, e sorrir, e consigo encontrar algo de alegre na não-existência. E vocês deviam ser capazes de sentir a vitalidade no vosso dedo mindinho! E, quando estiverem tristes e desanimados, ouçam a parte de vocês que tem mais juízo!"

"Sintam a vitalidade nos átomos e nas moléculas dentro do vosso próprio corpo. E, quando olharem para o mundo e o virem desanimado, pensem e sintam — estejam conscientes da magia esplêndida do olho através do qual olham, da vivacidade e vitalidade dos átomos e moléculas que o compõem, e da sua alegria em existir, em usar-se e em ser."

"E todos vocês: falem com vocês próprios com a mesma bondade com que falariam com um esquilo."

O Arthur perguntou ao Seth sobre as capacidades perceptivas de pessoas cegas — querendo saber como percebem os objectos em comparação com quem tem visão normal. O Seth respondeu:

"Agora, não posso, numa só noite, abordar completamente o mundo dos cegos. Cada indivíduo é único. As razões para escolher a cegueira são diferentes. Alguns vêem com tanta clareza pela visão mental quanto vocês com os olhos. Outros não têm qualquer percepção clara de objectos dessa forma. Mas, darei mais informação sobre isso — não precisarão de me lembrar.

Agora, estou mais interessado em ouvir!"

A Connie começou a relatar à Jane o que o Seth dissera. Comentou que "o Seth disse que estava morto". Seth regressou abruptamente e com vigor:

"Apenas nos vossos termos!"

O Wade leu o seu ensaio sobre o tema "Este é o meu mundo", e depois passou uma gravação de uma sessão anterior da aula, onde os membros tinham-se juntado aos Sumari numa canção. Os Sumari voltaram a manifestar-se com uma breve canção, que parecia ser uma continuação da que acabara de ser ouvida. Houve trechos dirigidos à Cindy, à Connie, e depois a toda a turma.

A discussão voltou às observações anteriores do Seth, e a Connie corrigiu o que dissera antes, explicando que o Seth dissera estar diminuído, mas não morto. O Seth voltou, com jovialidade:

"Posso estar morto, mas nunca estive diminuído!"

O Arthur observou que o Seth parecia estar a tornar-se "defensivo"; Seth reapareceu de imediato, repreendendo o Arthur com bom humor:

"Não quero piadinhas inteligentes!"

A discussão prosseguiu, e o tema do ego foi trazido pelo Larry D. O Seth respondeu, primeiro dirigindo-se a ele:

"Antes de me despedir, há algo que quero dizer: valorizem o vosso ego. Não estejam tão dispostos a descartá-lo. Ele é um bom e valioso amigo.

E esqueçam o termo! O ego é uma parte do vosso eu interior. É VOCÊS! É simplesmente a parte de vocês que vem à superfície num determinado momento, nos vossos termos. A parte da qual estão conscientes. Outras partes do eu interior vêm à superfície noutros momentos, e chamam-nas de ego.

O ego é uma parte do vosso eu — do eu interior. É apenas porque vos ensinaram que o ego é rígido que o têm como tal. É apenas porque vos ensinaram que o eu que conhecem não pode olhar para dentro que acham tão difícil examinar as vossas crenças e olhar para dentro. É só porque acreditam que a verdade não pode ser pública que criam segredos. É apenas porque acreditam que o ego é uma palavra feia que ele se torna numa.

O esquilo ficaria muito feliz com o vosso ego por um dia e pensaria, "Uau!" e ficaria contente por não precisar de tagarelar! E o vosso ego ouviria o esquilo e pensaria: "Meu Deus, que criatura abençoada sem ego!"

O ego é tão natural como o desabrochar de uma flor, como um esquilo, uma bruxa, ou uma senhora de cabelo roxo numa encosta de montanha, ou como um segredo que não será contado e por isso nos perturba, mesmo que os segredos não existam.

E já vos disse muitas vezes, e como certamente já ouviram e sabem, o universo tem bom humor. E sorri-vos, se lhe derem meia oportunidade. (Para a Connie) E a vitalidade que sentes aqui esta noite é tua. Todos têm acesso a tanta energia quanto esta.

Em todos esses sapatos, estão todos esses dedos. E cada dedo utiliza automaticamente e maravilhosamente a sua energia. E AINDA POR CIMA, É MUITO feliz — cada dedo, e cada átomo e molécula dentro dele. Por se unir a outro tipo de ser, e, em certos termos, fazer parte de um orgasmo que pode olhar e caminhar sobre a Terra. Os vossos dedos olham pelos vossos olhos — vocês é que não sabem.

E agora, despeço-me com uma calorosa e, espero, alegre boa noite."

O Jeff, num comentário lateral antes de Seth se retirar, disse: "Um Feliz Natal." Seth respondeu:

"Dava-vos um 'Ho-Ho-Ho', mas não faz parte da minha natureza."

Seguiu-se uma discussão sobre o que o Seth dissera acerca do ego. Ele regressou abruptamente:

"Quanto mais tentam perder o ego, mais, claro, o encontram."

Antes de Seth se retirar, alguém perguntou se, nas palavras anteriores, ele tinha dito "orgasmo" ou "organismo". Seth voltou:

"Disse 'orgasmo'. O organismo é um orgasmo em movimento. Tentei combinar as palavras — e elas já estão combinadas."

O Rich perguntou ao Seth se queria dizer algo sobre uma Marguerite du Valois. Parecia que o Rich tinha encontrado o nome ligado ao século XVI em França. Seth respondeu:

"Agora não, mas aprecio a razão da pergunta."

A discussão voltou, por intermédio do Larry D., à antiga ligação com Françoise de Nova Iorque. O Seth voltou:

"Não importa qual a culpa que vos dizem que têm. Enquanto acreditarem na culpa, estarão presos por ela. E sempre que encontrarem alguém — rei ou pobre — que vos diga que são maus, fujam depressa! Podem dizer que são maus por causa do pecado original. Podem dizer que são maus porque estão possuídos por um demónio. Podem dizer que são maus porque os vossos astros estão desalinhados, ou porque são humanos e feitos de carne!

Sempre que alguém tenta fazer-vos sentir menos do que são, quando vos faz acreditar nas vossas deficiências e as reforça, em vez de incentivar as vossas forças e capacidades — então fujam o mais rápido que puderem. Quando vos incentivam a depender de um grupo em vez de dependerem do esplendor que é o vosso verdadeiro eu — então fujam também. E isto digo a todos vocês.

Como sabem, a besta é tão bela, natural e válida como o príncipe. Sugiro que se libertem dos termos da sombra e do animus e enfrentem a vossa experiência como ela vos surge — sem estarem vestidos com palavras.

Agora, os termos que não gostam, rejeitam-nos facilmente e dizem: "São só termos." Mas os que vos agradam são os mais traiçoeiros, pois raramente os

examinam — e tornam-se crenças invisíveis, que usam como lentes para perceber e colorir as vossas experiências.

E isto não se aplica apenas ao nosso amigo, mas a todos vós e às vossas crenças. E, para experimentarem o que vos acontece à vossa maneira, cada um de vós é único — a vossa visão é única, e o vosso simbolismo também deve sê-lo. Cada indivíduo forma automaticamente o seu próprio simbolismo. Tem um significado e vitalidade, e cresce fresco como o trigo novo. Quando aceitam o simbolismo de outros, passam automaticamente a perceber a vossa realidade nesses termos — e, portanto, a vossa experiência parece reforçar esses mesmos termos, sejam quais forem.

E agora, deixo-vos fazer uma pausa "Seth", e o Rubert, tenho a certeza, deixará uma pausa de aula — se perdoarem os termos!"

Dick R. começou a relatar à Jane o que o Seth tinha dito. Comentou que o Seth lhe dissera: "Faz essa viagem de LSD", referindo-se a uma conversa anterior sobre experiências com LSD. O Seth regressou abruptamente, de forma muito alta e enérgica:

"EU NÃO TE DISSE PARA FAZERES ESSA VIAGEM DE LSD!"

A discussão sobre os comentários do Seth continuou, e ele voltou, falando novamente para Dick R.:

"Tu não gostas da tua própria espontaneidade. Estruturas-a de forma demasiado inteligente. Perdes-te nos teus próprios jogos. E, se vais jogar, meu caro jovem, mais vale jogares o teu próprio jogo. Para quê jogar o jogo de outro?"

Mais discussão seguiu-se, durante a qual o Dick R. mencionou algo sobre o seu mapa astrológico. O Seth regressou novamente, falando com força:

"LÁ ESTÁS TU OUTRA VEZ!"

"Tu és um indivíduo — e um encantador. E estás aqui agora, no esplendor do teu próprio ser, no teu tempo, na tua própria glória, numa casa na Rua Water, nº 458. Aproveita esse ser e esse momento. E gosto de ti, ou não tentaria ajudar-te a ver com clareza."

"E com isto, encerro esta sessão. E as bênçãos que tenho, dou-tas. E aquelas que não tenho — e são importantes — terás de encontrá-las por ti, pois são bênçãos que ninguém te pode dar. Têm de surgir de dentro de ti, e tens de as alimentar."

AULA DE PES 12 de Dezembro de 1972

A aula começou com uma discussão sobre o livro de Robert Monroe, *Journeys Out of the Body*. A Jane tinha falado recentemente com o Sr. Monroe e contou que ele poderia vir a Elmira em Janeiro e talvez assistir a uma sessão. Jane também apresentou um visitante, Richard Robert.

Após o primeiro intervalo, a Jane leu parte de um texto seu recente sobre "Aspectos". A turma discutiu o material e acabou por entrar numa conversa sobre preto e branco — aplicado tanto a pessoas como às próprias cores e às suas conotações na mente das pessoas. Durante essa conversa, o Dick R. comentou: "A noite tem alma." O Seth entrou na conversa:

"O dia tem alma, e a noite tem alma, e todos vocês correm o risco de se afogarem na vossa própria terminologia.

"As mensagens estão dentro de vocês, e o eu está cheio de luz. Não há mensagens secretas. Apenas pessoas ignorantes do que É. Não há métodos que as árvores não tenham usado há séculos para crescer. Não há conhecimento que a menor célula do vosso ouvido não conheça enquanto cresce. Só precisam de escutar o ouvido e as árvores.

"Só precisam de esquecer os termos. Às vezes são pontes, mas se se apoiarem demasiado nelas, colapsam. E geralmente é bom que colapsem, pois aí descobrem que sabem nadar sem elas.

"Um dos propósitos dos Sumari é levar-vos para além dos termos, para domínios onde eles não têm significado. Agora, quero que esperem um momento e esqueçam os termos, e simplesmente se deixem experimentar o momento como ele é. Pois dentro do momento estão todos os começos — e todos os fins a começar."

Os Sumari manifestaram-se com uma canção, primeiro para toda a turma, e depois com pequenos trechos dirigidos a indivíduos específicos. Toda a

canção era feita apenas de sons — aparentemente de acordo com as declarações do Seth sobre os termos.

Seguiu-se uma discussão sobre os Sumari, e o Seth voltou, dirigindo-se ao Dick R.:

"O que quero que entendas, Richard, é que estás a usar os teus termos para te esconderes da tua própria experiência. Pensas que os estás a usar como guias para compreenderes a tua experiência, e és sincero, e intuitivo, e estás a trabalhar arduamente. Mas estás a usar os teus termos em vez da espontaneidade interior — em vez de te deixares ir como és."

Após novo intervalo, a discussão voltou às observações do Seth. O Dick R. comentou uma passagem em *Seth Speaks* que fazia referência à Jane e ao Robbie. A Jane comentou, e o Seth voltou, novamente dirigindo-se ao Dick R.:

"No ocultismo chamam a isso encontrar a 'alma gémea'."

Jane: "Detesto o termo."

"Fomos duros contigo porque é bom para ti! E porque estás habituado a que as pessoas concordem contigo e reforcem as tuas crenças. E eu não estou aqui para criar um novo sistema de crenças, mas para te fazer examinar e abalar as tuas próprias, e encontrares o teu caminho. Se alguma coisa, prefiro abalar e desmontar sistemas do que começar um novo. O cerne está na tua pergunta — na tua tendência de procurar alguém como eu para obter respostas para ti próprio. E dar-te essas respostas não te ajuda. Apenas reforça algo que não te está a servir. E um bom professor nunca reforça esse tipo de crença.

"Não precisas, nos termos do Rubert, de tomar ácido. Não precisas de encontrar respostas no ácido ou em mim — mesmo quando eu esteja 'ácido'.

"As respostas estão dentro de ti — simplesmente nunca acreditaste nisso. Tens um ego porque tens consciência. O ego é uma parte sensível de ti. Não é um parente estúpido que deva ser posto de lado. E, no entanto, olhas para ele constantemente e dizes: 'Estúpido, não sabes nada — vai-te embora! Que o meu inconsciente puro venha à tona e me dê a resposta.'

"E assim, a tua vida opera de acordo com a tua crença — e como acreditas que não tens as respostas, nem te ocorre seriamente escutar-te. Escutas o teu animus, a tua anima ou a tua sombra. Mas tenta escutar o eu que és — na tua notável unidade. E aí, as respostas existem — e são parte de ti. E o que eu disse a ele aplica-se a todos vocês — e, por amor de Deus, não fiquem tão sérios.

"Quando leres *Oversoul Seven*, identifica-te com o 'Seven' e diverte-te contigo mesmo, por uma vez. E quando estiveres a pensar em encontrar as respostas para o universo, não esperes gemidos, tristeza ou sombras profundas de qualquer tipo.

"Ouve uma gota de chuva ao cair. E ouve, dentro de ti, a tua própria voz suave. E sorri contigo — e para ti.

"E quando fizeres trabalho psíquico (para o Wade), não sejas tão sombrio! Procura alguma diversão — o universo é alegre!

"E o Rubert não concorda com o poema que escreveu sobre ti (para o George) naquela altura, e eu também não. Por isso, despeço-me com uma boa noite calorosa. E, mais uma vez, falo com um sussurro, comparado com a vitalidade que existe na menor célula do ouvido apertado da nossa Senhora de Veneza. As bênçãos que tenho dou-as a vocês, e aquelas que não posso dar, terão de as encontrar vocês mesmos — e ninguém vo-las pode dar. Crescem dentro de vocês. Vocês colhem-nas."

A aula começou com a Jane a conduzir uma experiência de consciência alterada, com os membros da turma a seguirem a sua orientação. De seguida, houve uma canção dos Sumari. As palavras iniciais da Jane não estão na gravação. A árvore de Natal na sala de estar da Jane foi o foco do exercício. A discussão na turma centrou-se sobre o possível sofrimento da árvore por ter sido cortada. O Seth entrou:

“Estão absolutamente certos. Quando imaginam que a árvore sente dor, estão a projectar sobre ela as vossas próprias ideias de morte e de ego. A árvore sabe. Ela não acredita na realidade da morte como vocês acreditam, e alegra-se, mesmo na sua própria transformação. As suas percepções são tão claras como diferentes — tão nítidas como quando estava na floresta.

Agora, todos vocês deviam tornar-se conscientes de algumas das vossas crenças sobre o Natal, do que projectaram na árvore e de como se relacionaram com as outras pessoas na sala. Devo sorrir-lhe ou franzir o sobrolho? (comentários de alunos inaudíveis) Estão a pedir o impossível. São demasiado complicados para mim.

Quero que pensem em algo. Comecem com a realidade que conhecem. Depois pensem nas vossas experiências aqui na aula, comigo e com os Sumari, e considerem também Seth II. E percebam que tudo existe dentro do enquadramento da natureza. Não há nada de antinatural.

Os eus prováveis são, nos vossos termos, uma extensão das propriedades de crescimento que percebem na realidade física. Podem ver uma flor crescer no espaço e no tempo, nos vossos termos, mas não veem os vossos próprios desabrochares. Só olham para o vosso solo nativo; se fosse de outra forma, entenderiam que a vida após a morte é tão natural como a vida na vida, nos vossos termos. Simplesmente consideram a natureza como algo físico, e por isso tudo o que não aparece na realidade física acham que é antinatural — e os vossos pensamentos estão tão vivos quanto os vossos dedos dos pés. Podem agitar os vossos pensamentos como agitam os dedos. Podem até magoar pessoas com eles, tal como o fazem com os pés. Os vossos pensamentos, por isso, não estão mortos; não são meramente mentais, não são apenas conceitos que não se podem ver, sentir ou tocar… São tão reais quanto os vossos olhos em movimento.

Há ricas interacções entre vocês que agora poderiam perceber e, no entanto, não o fazem. Basta aceitá-las, tal como a árvore aceita o seu próprio ser. Vocês são os vossos próprios mitos, a andar pela terra com calças de ganga, camisas, vestidos e sapatos. Se vão ser mitos vivos, então sejam os indivíduos que são — e que podem ser. Não pensem que o Natal é algo empacotado demais. Na vossa civilização, quando o permitem — quando o permitem — e não vou fechar os olhos do Rubert — ele fala à criança que há em vocês. Aceitem essa criança e aproveitem o mito, pois por trás do mito há verdade. E a verdade é que renascem. A verdade é que o eu interior tem o encanto da criança. Outras histórias foram tecidas em torno dessas verdades, mas as verdades permanecem. O velho Pã tem tanta validade quanto Cristo. Os nomes mudam, as histórias mudam para se adaptarem às vossas ideias e à vossa civilização.

Agora, eu prefiro o Pã, tocando as suas flautas mágicas pelos campos e bebendo vinho, a um Cristo nascido para ser crucificado. Mas essa é a minha ideia — escolham a vossa. Por trás de todos os mitos está a realidade. Nascem com a maravilha de uma criança, novamente, para refazer o mundo com uma nova imagem. E novas imagens são feitas. O Natal devia representar o renascimento do eu. E "Seth Speaks" devia chamar-se "Tu Falas", "Tu Falas" e "Tu Falas". Portanto, ouçam-se a vocês próprios. E agora devolvo a aula ao nosso amigo — e tenho a certeza de que vos dará uma pausa e dará as boas-vindas aos nossos convidados."

Um estudante perguntou sobre um amigo que se suicidara na semana anterior. O Seth respondeu:

"Só vos direi, como deviam saber, que ele preparou essa situação para si. Numa vida passada, estava tão apaixonado pela existência, nesses termos, nessa vida passada, que literalmente se recusou a deixá-la. Amava-a, não de forma espontânea e normal, mas como um glutão que adora comer em excesso — devorava-a constantemente, e matava para obter mais dela. Por isso, escolheu para si um conjunto de circunstâncias em que encontraria a vida profundamente desagradável. Havia muitos outros aspectos envolvidos, é impossível explicá-los resumidamente.

Seth, eu conhecia-o nessa vida?

"Sim, conhecias. E conheces-no nesta também, mas não é a vida de que ele falou. É outra. Agora, não se trata de ele ter decidido antecipadamente tirar a própria vida. Trata-se de ele ter criado uma série de circunstâncias e enquadramentos em que, desta vez, viveria apenas uma pequena parte — em que, no entanto, se colocaria numa posição onde certas verdades lhe seriam reveladas. Na vida passada, dava como certo que todo o prazer e realização existiam apenas na realidade física — que para além dela não havia nada. E desta vez escolheu deliberadamente uma vida em que se tornaria demasiado óbvio que essas satisfações não existiam nesses termos aqui. Uma vida que o obrigaria, portanto, a procurar outro significado. Há muito mais envolvido na história, no entanto — estou a simplificá-la bastante. Agora, deixo-vos fazer uma pausa com o Seth."

Após mais discussão na turma sobre o suicídio do amigo, o Seth voltou:

"Agora, não há nada de errado — é preciso perceber isto — em amar a vida física, porque ela é bela. Foi a atitude dele, o seu modo particular. E não há castigo envolvido."

A aula continuou e o Seth voltou novamente:

"Estão certos. E agora queria apenas salientar algo."

Jane pediu comentários sobre a forma como o Seth se expressava e pediu à Veneza para explicar. Quando a Veneza começou a falar, o Seth entrou novamente:

"Pã a tocar a sua flauta prateada e a beber vinho…"

A Veneza explicou à Jane a referência do Seth ao Pã e a Cristo, e o Seth voltou com:

"Ou como um Buda."

A turma falou sobre a preferência pessoal do Seth por Pã — tocando flauta, a beber vinho e a estar 'mesmo no ponto'. A Jane questionou essa expressão e o Seth voltou com:

"Eu costumo dizer 'fora do ponto' porque, quando pensam que estão 'no ponto', é aí que estão com problemas. Agora, quando falam comigo, estão a dialogar convosco próprios, tal como o Rubert está a escrever diálogos entre o Eu mortal e a alma. Entre as palavras que digo e a maneira como as digo está a mensagem. E têm de sentir a mensagem que é a vossa própria — ecoada no vosso sangue e no vosso dedo mindinho. A mensagem que diz: 'Eu sou eu. Tenho direito a existir neste universo. Sou abençoado porque existo. Sou feliz pelo que vejo, sinto e ouço.' A energia que enviam é um eco da vossa própria. E agora podem fazer uma pausa."

Mais comentários na turma sobre a discussão do Seth acerca do Natal. Ele voltou:

"O que quis dizer é que o Natal 'não está na moda' neste momento, e que é considerado intelectual desprezá-lo. Mas, normalmente, nesses casos, o que acontece é que têm medo das emoções que o Natal desperta, e por isso é fácil ser desdenhoso — era isso que queria dizer. Também quis dizer que são

tão reais quanto Cristo, e que o mito é a realidade desse facto. Por isso, não tenham medo de novos nascimentos, nem da morte de ideias — pois estas conduzem a outras novas. Não tenham medo de fechar portas, porque há sempre outras portas para abrir. Não tenham medo de ser ingénuos, ou de parecer tolos, ou de serem alvo de riso — é isso que quero dizer. E agora estou pronto para ouvir o que têm a dizer, e o que aprenderam sobre as vossas crenças em relação ao Natal. E lembrem-se: o Natal não tem nada a ver com quanto dinheiro podem gastar nos vossos filhos; lembrem-se disso, e não se sentirão tão tristes e solitários este ano."

"Quero que todos vocês, e vou fechar os olhos, examinem as vossas crenças neste momento, porque é moda pensar em termos de Buda e religiões orientais, e já não é moda pensar no menino Jesus, por exemplo. Estão 'na onda' se pensarem em Buda. Mas, se se atreverem a deixar cair uma lágrima quando tocam cânticos de Natal... é a mesma coisa. Continuam a lidar com sistemas de crenças e mitos que cresceram ao longo dos séculos, e cada um deles tem o seu grau de validade e o seu grau de distorção. Por isso, quero que examinem as vossas próprias crenças. Quantas têm porque estão 'na moda', e quantas têm, envergonhados, porque estão 'fora de moda'? Em que contexto se sentem livres para mostrar as vossas emoções? Normalmente, precisam de um enquadramento onde se sintam seguros — e só aí deixam transparecer emoção.

Pensem nessas perguntas e apliquem-nas a vocês próprios, em todos os contextos, apesar — e por causa — das vossas idades. Talvez consigam mostrar emoção aos vossos contemporâneos, mas preferiam morrer a mostrá-la aos pais. Ou talvez o oposto: conseguem mostrá-la a um pai, mas morrem de vergonha se for perante os amigos. Ou mostram-na nesta sala, sob certas condições, e morrem de vergonha se for noutro lugar. Quando se trata de novo nascimento, deixam a emoção fluir livremente — a partir de vocês, da origem do vosso ser. Pensem na mobilidade das vossas emoções — onde e como a manifestam. E agora espero algumas respostas vossas."

(Discussão)

"Já agora, deixem-me intervir. O Pai Natal, HO-HO, é relativamente inofensivo, tendo em conta o que as vossas religiões fizeram. Se são maus, recebem um pedaço de carvão; se forem bons, recebem um presente. Mas...

e um deus que vos diz que se forem bons vão para o céu, e se forem maus ardem pela eternidade? Coloquem a vossa indignação onde ela pertence."

(Há discussão sobre convenções como o Halloween e o Natal. Seth entra novamente:)

"Todos os deuses nos vossos mitos morrem e renascem. Desde tempos remotos, desde a memória ancestral da vossa espécie, isso é repetido vezes sem conta em termos que compreendem — de acordo com a época em que acreditam viver. Vocês nascem de novo, repetidamente. E os sofrimentos dos deuses são os vossos, assim como os seus triunfos e a sua alegria. Devido aos tempos em que vivem, os mitos estão revestidos com ideias moldadas pela vossa civilização, e devem ter isso em consideração. Os símbolos são também coloridos pela época. E são personificados: o inverno e o frio que varre a terra são simbolizados como a morte da alma. Mas não é uma morte — é transformação.

Se compreendessem os vossos mitos, poderiam usá-los eficazmente. Mas quando acreditam neles como se fossem realidade, eles podem aprisionar-vos. Vocês são as histórias que a alma conta. São as vossas próprias histórias. Criam as vossas ideias de Deus segundo a vossa interpretação de realidades maiores que compreendem — ou não. Estão a alcançar a vossa própria compreensão, mas assim que entendem algo, há mais por aprender. A criatividade nunca está parada, nunca está concluída.

E em outros mundos há outros contos de Natal, cada um com as suas histórias e variantes. Mas nada disso nega o eterno e intenso AGORA — que está a ser criado para sempre, e no qual têm a vossa existência natural. Nada disso nega a alegria vital que vos pertence. Nem o espanto nos vossos olhos, nem o prazer noutros — tudo isso existe para iluminar a alegria e a leveza do vosso ser, e gerar em vocês — se me perdoarem o velho HO-HO-HO — a vitalidade, o riso e a alegria que são o vosso ser. Se compreendessem profundamente o que tento dizer, estariam a rir comigo, a gozar a vossa própria barba grisalha e cabelo despenteado, e ao olharem uns para os outros veriam todas as idades — renascidos vezes sem conta — e com a vossa identidade viva dentro de vocês, agora."

(Comentário de aluno: “Tenho a sensação de que estamos a trabalhar neste Natal, mas ainda não chegámos lá.” Seth entra:)

"Agora, já estão lá! Isso é tudo o que têm de perceber. As barreiras são artificiais — não existem. Parem de franzir o sobrolho. Estão a tornar isto demasiado difícil, demasiado metafísico. Está dentro de vocês — fala através da vossa própria carne. Não desconfiem do vosso corpo — confiem nele. Vocês formam-no. Está vivo. Vocês são a vossa alma na carne. A verdade não é algo separado de vocês. Vocês são cada um, verdade viva, em forma física. Precisam de reconhecer a vossa própria alegria — e exultar no vosso ser.

Estão conscientes e inconscientes. *Seth Speaks* está dentro de vocês, não num livro. Vocês são o livro. Então ouçam alegremente o que os vossos sentimentos vos dizem. Os vossos pensamentos e sentimentos são naturais — e são vossos. E a vossa alegria está dentro de vocês. Com ou sem Natal, com ou sem Pai Natal, a 25 de Dezembro ou a 4 de Julho — os vossos átomos e moléculas gritam de alegria pela sua existência. Ouçam-nos. Sintam, na substância da vossa carne, a vossa espiritualidade. Olhem para a árvore de Natal — as vossas células e moléculas brilham milhões de vezes mais. Os vossos olhos cintilam com luz ainda maior. Vocês são amor, em forma corpórea. Não têm de procurá-lo, nem de se perguntar onde encontrá-lo — ou embrulhá-lo com fitas. Vocês são os embrulhos com fitas brilhantes.

O Natal é agora, foi ontem, será amanhã. Está em vocês, em Buda, em Pã, em Cristo, em Maomé, numa formiga, num sapo, nos vossos olhos, dentro de cada um de vocês. Vocês são, cada um, o Natal. Cintilam e brilham — mesmo que não saibam. Gritam "Feliz Natal", mesmo quando choram. Não podem negar a vossa própria vitalidade nem o vosso ser."

"Então escutem as vossas próprias moléculas nos vossos olhos — como se movem, cantam e gritam o seu ser. Deixem que a minha voz ecoe dentro de vocês, pois é a vossa. É o vosso ontem e o vosso amanhã. É a vossa herança.

Deixem que a energia e vitalidade ressoem através do vosso saber. Deixem que desperte em vocês o conhecimento do vosso ser. Dancem através das vossas próprias moléculas e espalhem as vossas pétalas. E desejo-vos a todos um feliz Natal."

AULA DE PES 9 de Janeiro de 1973

A aula começou com uma discussão geral sobre as experiências dos membros da turma nas três semanas desde a última sessão. A Jane fez alguns comentários sobre ideias em que andava a trabalhar quanto à direção futura da aula. A discussão acabou por envolver o termo "oculto". A Eleanor comentou que, até recentemente, tinha "medo do oculto". O Seth entrou, dirigindo-se à Eleanor:

"Eu também tenho medo do oculto! Isso deve fazer-te sentir melhor. Acreditas em mim?"

A Eleanor respondeu que sim. O Seth voltou:

"Não sei se isso é bom ou mau — porque estava a brincar contigo!"

Nas conversas seguintes, a Joyce referiu-se ao que chamou de "estrutura rígida da realidade" da Françoise. O Seth respondeu:

"Agora, é fácil darem-vos uma estrutura rígida. Quando alguém vos diz que a realidade é assim e assado, e que tudo o que têm de fazer é seguir o caminho certo. Mas eu sou muito mais insidioso do que a vossa Françoise. Porque obrigo-vos a encontrar a vossa própria realidade e o vosso próprio caminho. E tiro-vos todas as regras e leis — as confortáveis e as desconfortáveis — e devolvo-vos à autoridade de vocês próprios. E como vocês tentam evitar essa autoridade! Como dizem: 'Não ouço nada', 'Não vejo nada', quando essa autoridade vos fala!

É mais fácil ouvir os outros, que dizem que têm de entortar o nariz, mexer as coxas, dizer 'Alá', mexer a orelha, falar com os deuses em silêncio, respirar como eles dizem, comer como dizem, dormir como dizem, conviver com quem dizem. Porque são maus! E são maus porque estão vivos! Agora, como se supera isso?

Se alguém vos disser que são maus só por estarem vivos — e vocês acreditarem — então estão mesmo em apuros. Eu digo-vos: vocês são abençoados porque estão vivos. E eu sou abençoado porque estou vivo. E a minha vitalidade é a vossa — fala através das vossas entranhas (para o Mike), da vossa mente, do vosso ser — porque é vossa. Eu apenas vos deixo provar a vitalidade do vosso próprio ser, para que retirem alimento e conhecimento

de vocês mesmos. E essa é a vossa própria alegria, o vosso direito de ser, a vossa própria vitalidade — tão secreta como uma trombeta, tão digna como um esquilo. É a magia do vosso ser — o saber que sabem — o 'ser' de vocês mesmos."

"A minha voz é a vossa própria, na realidade física, onde a podem ouvir. As minhas palavras são as palavras do vosso ser, exteriorizadas para vocês. Como o Rubert sabe: não há nada mais verdadeiramente oculto do que a primavera — e as flores que brotam, vindas de nenhures. Essa é a vossa magia, e o segredo do vosso conhecimento. E está aí para ser usado, e para o mundo ver."

O Seth retirou-se e seguiu-se uma discussão sobre o que ele dissera. O Rich comentou que, se alguém acredita que é mau só por estar vivo, então a única forma de deixar de o ser é morrer — que foi exatamente o que a Françoise fez. O Seth voltou, e as primeiras palavras ficaram perdidas na gravação:

Felizes, miseráveis, doentes, e cheios de perguntas para as quais não conseguem resposta — porque não querem respostas. Colocam-se em posições impossíveis. Tudo isto porque vos ensinaram que são culpados só por estarem vivos. Quer tenham recebido essa ideia da religião, da psicologia ou da ciência, o resultado é o mesmo. Por isso, a minha mensagem é simples: são abençoados porque existem. Podem ser felizes porque são. Têm razão de estar aqui, simplesmente porque aqui estão.

Vocês não têm de morrer ou sacrificar-se ou tornar-se indignos...

Este aqui (Larry D.) tocava flauta no alto de uma montanha, muito antes de nascer, nos vossos termos, nesta vida. Um flautista da alegria — e devias deixar que essa alegria preencha o teu ser! Sempre que alguém vos disser que a autoridade está fora de vocês, não acreditem. Quando vos disserem — ou o mundo vos disser — que a vossa alegria está fora de vocês, não acreditem nem no mundo nem neles. A vossa salvação não depende de ninguém. Nunca perderam a vossa alma. Vocês *são* as vossas almas. São as vossas almas em carne.

Como um certo documento Sumari disse ao Rubert — e ele devia lê-lo para vocês — honrem os vossos corpos. Os vossos corpos são as vossas almas em forma física. Honrem-nos. Quem vos disser que o corpo é impuro, não o

ouçam. Podem confiar nos vossos corpos tanto quanto na vossa alma. Na vossa realidade, o corpo é a veste que a alma usa. E estão unidos como marido e mulher — são um só.

Agora, terei de contar umas anedotas ou devolver a aula ao Rubert para arrancar algumas gargalhadas decentes de vocês. Estão com ar de quem acabou de sair da igreja!"

Ao retirar-se, a Eleanor comentou que aquilo tinha sido belo. O Seth respondeu de imediato:

"Não sei se foi belo, mas espero que tenha sido divertido!"

O Larry D. perguntou se podia fazer uma pergunta.
"Claro que podes!"

Ele lembrou ao Seth que, na sessão anterior, tinha pedido para fazer uma pergunta e o Seth tinha dito: "Mais tarde."
"Agora podes perguntar."

"Há umas semanas", disse o Larry, "os Sumari manifestaram-se. Cantaram uma canção para o Richard e outra para mim. Nas canções, apontaram para nós os dois. Andámos a tentar perceber que ligação queriam indicar. Gostarias de comentar?"

O Rich acrescentou que tinham pensado que talvez fossem parte da mesma entidade.

"Agora, deem-nos um momento — e faremos isso à nossa maneira."

Os Sumari voltaram com uma canção, dirigida principalmente ao Larry. A canção era suave e gentil. A Jane saiu parcialmente do transe, depois os Sumari regressaram com mais da canção, desta vez muito alta e enérgica.

Após discussão sobre a canção, a conversa voltou aos temas dos "jogos" e mitos que o Seth mencionara noutras sessões. O George deu a sua interpretação do termo "jogos". O Seth voltou:

"O vosso problema está outra vez na interpretação da palavra. Uma melhor seria 'brincadeira', já que estão a brincar com palavras. O universo nasce de

um sentido de brincadeira e espontaneidade. Os jogos são reais. Também são jogos — mas não são jogos sem significado. Nenhum jogo é sem significado!

Há uma multiplicidade de jogos. Mas a ideia de criatividade lúdica é muito mais importante do que a estrutura dos jogos. E, mais uma vez, cada criação é nova — e nunca foi feita antes."

O Seth comentou também, dirigindo-se à Isabelle, que havia um aspeto reencarnacional no sonho do filho dela, e, para a Nancy, que os dois filhos dela revelavam fortes indícios de aspectos reencarnacionais — como ela própria sabia.

"Acrescento apenas alguns comentários brincalhões para contribuir para o vosso jogo (para o George). E, repito, nenhum jogo é sem sentido."

Depois desta intervenção, os Sumari voltaram com uma longa canção, com pequenos trechos dedicados individualmente a vários membros da turma.

AULA DE PES 16 de Janeiro de 1973

A aula começou com a Jane a ler um trecho do seu manuscrito *O Universo como Construção de Ideias*. Seguiu-se uma discussão sobre a construção do pensamento e das crenças. Durante essa conversa, o Rich comentou que talvez o Seth fosse falar através do Larry naquela noite. O Seth entrou de imediato na conversa:

"Força! Eu ouço! Apanho tudo pela boca do Larry!

Agora, gosto dele (Larry), e gosto de ti (Mike). E vocês têm simplesmente formas diferentes de lidar com os vossos problemas e desafios. E gosto de vos ouvir enquanto os enfrentam — e pretendo continuar a fazê-lo!

(E para o Will) Eu sei que estás aqui — e tu sabes que eu sei!"

A discussão sobre crenças continuou, e surgiu a questão inevitável sobre como certas crenças se tornam dominantes sobre outras. O Will mencionou as crenças de Hitler e o que levou à Segunda Guerra Mundial. O Seth voltou:

"Agora, sempre que cometes um ato de violência, ou aceitas violência, em nome da defesa do bem, estás a fazer exatamente o que foi feito naquela altura. E guarda isso no coração. O fim não justifica os meios na vossa

realidade. E, se ensinas outros, guarda isso no coração. É a tua única e verdadeira defesa contra o que aconteceu — e essa resposta está dentro de ti. E mais: tu sabes disso!"

A conversa continuou sobre pensamentos e crenças. A questão da violência foi aprofundada. Alguém levantou o caso hipotético de um violador bater à porta. O Seth respondeu:

"Daqui a pouco faremos uma pausa, mas não fiquem tão agitados! Antes da pausa, um lembrete gentil: vocês criam a vossa própria realidade. Se um violador bate à vossa porta, então foram os vossos próprios medos, raiva e agressividade que o trouxeram ali. Enviaram essas emoções — e ele captou-as. A vossa mulher quer ser violada, ou vocês querem que ela o seja. Há uma razão. Não existem acidentes. Violência gera violência. Paz gera paz. São verdades simples."

O Will perguntou ao Seth se um professor na Índia não dizia algo que contradizia o que ele acabara de afirmar. O Seth respondeu:

"Em certas áreas, sim, é verdade. E agora podem fazer uma pausa activa — e pacífica."

Antes da pausa começar, o Will, ao comentar à Jane o que o Seth dissera, sugeriu que talvez esse professor fosse a pessoa mencionada no livro *Seth Speaks*. Disse que talvez a Jane se lembrasse da passagem. O Seth voltou:

"Sim, lembro-me — porque fui eu que a escrevi. Mas não, ele não era a pessoa de quem eu falava. E vou continuar por perto… a ouvir!"

A única revolução é a revolução do pensamento. As únicas mudanças feitas na vossa história e no vosso país serão feitas através da mudança dos vossos pensamentos, e não através da ação violenta. E sempre que escolhem essa política, por qualquer que seja o motivo, caem na armadilha das gerações anteriores e na heresia das eras.

Agora, por heresia entendo, muito simplesmente, qualquer coisa que contradiga a ideia de que os meios devem vir de dentro, ou não haverá mudança no exterior. Não podem mudar o vosso mundo de fora para dentro, porque são vocês que o formam a partir de dentro.

Depois de um intervalo, a discussão da aula abrangeu temas como o tempo e o eu. O Larry partilhou a sua experiência com LSD. A turma discutiu isso. A Florence manifestou desaprovação quanto ao uso de LSD como meio de expansão da consciência. O Seth interveio:

Agora, tenho algumas palavras para a nossa Senhora de Florence e para outros que aqui possam não compreender. Em primeiro lugar, ele está envolvido na mesma busca que vocês, apenas com métodos diferentes. Tentem compreender isso com gentileza.

Vocês podem assumir penitência e retribuição, se quiserem. Podem acreditar que são pecadores e maus, e que, para serem bons, têm de se purificar, e podem aceitar um método que vos purifique. Escolheram um caminho duro, por conta própria, de culpa e retribuição, de tortura tão severa como a dele, mas mais subtil. Vocês escolheram o vosso próprio enquadramento. Nenhum dos dois caminhos seria necessário se compreendessem a beleza fundamental de quem são - a integridade e alegria básicas do vosso ser.

Mas, quando não compreendem isso, procuram-no pelas portas que estão abertas. Procuram-no como um animal sedento procura água no deserto.

E agora, deixo-vos continuar com a aula. Estão todos numa viagem! Estão nessa viagem desde o nascimento, nos vossos termos!

Mais discussão sobre a experiência do Larry com LSD seguiu-se, com conjecturas sobre as razões por detrás da experiência, porquê a fez, e quais os seus benefícios. Durante a conversa, o Seth voltou e ficou em silêncio durante alguns momentos, apenas a ouvir o burburinho animado. A Bee disse que achava que o Larry, com o LSD, tinha resolvido os seus problemas em muito pouco tempo. O Seth interrompeu:

Ele não resolveu os problemas assim tão depressa. Percebeu quais eram, mas continuem.

A discussão prosseguiu, com o Seth ainda presente, escutando. Por fim, voltou a dirigir-se à Florence:

Ele recorreu às drogas como tu recorres à religião. Quando te voltaste para a religião, no passado, era algo em que confiavas, e que parecia abrir-te o conhecimento de outras realidades. Intrigava-te.

Hoje, deixa que um velho como eu te diga: as ideias crescem de forma diferente, mas as razões são as mesmas de antigamente.

Ele foi onde os amigos foram, como tu foste onde os teus amigos foram. Mas ambos procuram o mesmo. E estão a aceitar o mesmo fardo para o fazer. Tu enfrentaste ideias de culpa à tua maneira, e ele à dele. Pensaste que fazias o que devias fazer, e ele também, à sua maneira.

Isto não invalida o facto de que existem perigos em ambos os caminhos, ou que com o uso de drogas (para o Larry), mudas automaticamente o ser físico de que fazes parte.

E tiveste sorte, pois estás a integrar esse conhecimento em ti. Mas há um dilema com o uso dessas drogas: uma parte do ser sabe aquilo que outras não sabem. E, em termos imediatos, até pela consciência celular, é preciso ter o conhecimento consciente. Em certo sentido, isto não tem a ver com eventos, mas com o facto de a mente interior saber mais do que a mente física. E isso cria conflitos. Tiveste sorte.

Mas, quando acreditas que tens de te testar, que há demónios, bem e mal, e desafios, então crias tudo isso na tua realidade. Fizeste disso um desafio (para Florence), e ele também - e muitos de vocês, à vossa maneira, fizeram o mesmo. Agora, porque ele tem esse ar tão sisudo, deem-nos um momento, e haverá uma canção sem desafios.

Seguiu-se uma pequena canção Sumari, dirigida em parte ao Larry e em parte à Florence. Depois da canção, deram-se interpretações. Alguém perguntou por que razão o Seth usou a palavra "sortudo" ao referir-se ao Larry. Seth explicou:

Eu estava a dizer que, normalmente, na vossa vida física, há um equilíbrio de conhecimento. Operam com um conjunto de crenças. Essas crenças parecem consistentes, por isso funcionam, pelo menos na vossa mente, com alguma coerência. Não estou a dizer a todos para irem buscar erva. A erva é um ingrediente natural e o ácido não é, nos vossos termos. Há quem faça jejuns, evite álcool e cigarros, não olhe um ovo nos olhos, e tome ácido sem pestanejar.

Tem efeitos diversos - poucos dos quais compreendem - e traz ao de cá conhecimento do eu com o qual ainda não estão preparados para lidar. A falta de equilíbrio resultante pode ser desastrosa.

Tiveste sorte. Digo sorte porque foste agraciado com a capacidade de assimilar esse conhecimento de uma forma que ao menos podias ouvir, se não compreender. Falarei mais sobre isso noutra altura.

Mas quando têm experiências mentais da mesma natureza que não são provocadas por drogas, extraem esse conhecimento das células. E estão preparados para o enfrentar. E, ao extraírem esse conhecimento, provocam mudanças nas células que, de outra forma, seriam provocadas sem preparação. As células estão vivas e conscientes. Para terem a sua alegria como vocês têm a vossa.

O Rich perguntou ao Seth se, ao tentar extrair esse conhecimento sem drogas, a pessoa estaria sempre preparada automaticamente.

Apenas ocorrem as mudanças naturais ao vosso estágio de desenvolvimento e ser.

O Will perguntou se algumas técnicas como o Yoga funcionariam - seriam naturais?

De acordo com o vosso próprio desenvolvimento - e com as vossas crenças sobre o sistema em questão. E, pessoalmente, de acordo com a vossa percepção de que a existência não é sombria, mas essencialmente alegre. E, quando aprenderes, meu caro amigo (para o Will), a não te limitares a sistemas, mas sentires-te livre para os usar como quiseres, e descartá-los como quiseres, e confiares no teu ser, e encontrares as tuas próprias respostas.

Depois da discussão, a Jane começou a percorrer a sala, pedindo aos alunos comentários espontâneos sobre o que tinha sido discutido ou sobre qualquer outra coisa que quisessem partilhar. A Eleanor disse que tinha deixado passar uma oportunidade de "deitar abaixo" alguém - algo que esperava há muito tempo, mas que, no momento, não conseguiu concretizar. Os Sumari voltaram com uma canção muito vigorosa, aparentemente dirigida à Eleanor, ao Larry, à Florence e a toda a turma.

Depois da canção, seguiram-se interpretações. O Seth voltou:

Têm de melhorar nas vossas interpretações! O nosso Dançarino Turco (Pete) está mais perto. A raiva é tão natural como a chuva ou uma nuvem de tempestade. Quando têm medo dela, tentam ficar zangados sem mostrar raiva. Os Sumari expressaram essas emoções por vocês, que não foram capazes de expressar. E, no entanto, sentiram essa expressão, como cada um de vocês na sala sentiu a expressão e o alívio da própria agressão através de partes daquela canção.

Agora, se tens medo da raiva, racionalizaste a tua resposta — porque não quiseste dizer: "Sim, senti a libertação da minha boa e justa raiva" — isso é um não rotundo!

A raiva, quando libertada, é tão natural como a chuva ou as nuvens, tão magnífica como uma tempestade, e tão necessária. Negada, transforma-se em algo totalmente diferente e torna-se violência. As partes mais suaves da tempestade, depois da tempestade, na canção, foram de facto para expressar o desaparecimento da raiva e a sua insignificância assim que termina e desaparece. Agora, devolvo a aula ao meu amigo e a vocês!

A discussão regressou às emoções, crenças e pensamentos. Larry comentou que os pensamentos podem pontapear as pessoas. Seth interveio:

"E eles pontapeiam de volta com alegria. Se os pontapeasses mais vezes, não precisariam de bombas — nenhum de vocês!

"Se libertassem espontaneamente a vossa hostilidade quando a sentissem, não teriam esta carga excessiva que sentem que têm de despejar ou serão condenados. Não vos pesaria tanto na cabeça (para Larry), nem nas cabeças de nenhum de vocês. O problema não está nos pensamentos negativos em si, mas no medo que têm deles. Agora, continuemos e vejamos para onde se levam a vocês mesmos."

Carlos perguntou se o mesmo se aplicava à repressão do afeto, tal como à raiva.

"Assim que começas a reprimir, começas a reprimir todas as emoções até certo ponto e crias barreiras porque tens medo da realidade de ti mesmo. Se

não consegues expressar raiva, também não consegues expressar amor. E não só isso, como os confundes!

"Larry estava a falar consigo mesmo, e todos vocês estão a falar com vocês mesmos. Portanto, ouçam o que têm a dizer."

A discussão continuou por alguns minutos e Seth voltou:

"Isto pode ser difícil para alguns de vocês. Tudo O Que É está, por si só, num estado de vir-a-ser, e (para Florence), não entraremos agora em algumas das tuas questões sobre este ponto, porque conheço-as bem!

"Tudo O Que É não é perfeito nos termos com que vocês definem a perfeição. Portanto, se vos dizem que devem ser perfeitos, só podem conseguir, na melhor das hipóteses, cem por cento, em linha reta. Nunca poderão agir adequadamente, porque se julgarão com base numa perfeição que, nos vossos termos, não existe.

"São carne e osso enquanto estão nesta Terra. A carne e osso têm dimensões milagrosas. A perfeição não é uma delas! Portanto, não se julguem por um padrão perfeito. A alma não está concluída, não está terminada, e, portanto, nos termos em que vocês costumam falar, não é perfeita — também aprende e desenvolve-se. Portanto, não precisam de ser perfeitamente puros, perfeitamente santos ou perfeitamente outra coisa qualquer. Sejam os seres que são, e, sendo assim, serão tão perfeitos quanto podem ser porque são como um esquilo — perfeitamente ele próprio — nesses termos. E agora, quero mais comentários espontâneos. ESFORÇA-TE (para o Rich)!"

Rich e Will começaram a contar a Jane o que Seth tinha dito. Will estava a relatar o que Seth disse sobre perfeição, quando Seth voltou, falando para Will:

"E esse é o teu problema — não-ser e perfeição. E deixo-te continuar a partir daí. Calma, estabilidade, perfeição e controlo, espreitam em ti, mortos em termos do espírito e da alma. Não definidos pelo eu interior que percorre com tal alegria a sua própria dimensão por ser o que é, não pela aniquilação do desejo, mas pelo seu cumprimento. Pois o seu cumprimento conduz à criatividade — a criatividade de Tudo O Que É, e a criatividade da flor, e a criatividade de mundos que não conhecem flores, que são inocentes de eus, que seguem à sua maneira a parte curiosa e viva dos seus desejos para

mundos antes não criados e desconhecidos, por caminhos de impulso e expansão — não repressão. Há caminhos de alegria dentro do vosso próprio ser. Não os sufoquem, e não procurem que outros vos deem o apoio que está dentro de vocês — que é vosso — nem a mim nem a mais ninguém. O espírito e as vozes e o conhecimento e o volume são vossos."

Na discussão que se seguiu, Al disse que sentia que um dos nossos problemas era que, à medida que envelhecemos, temos de "desaprender tanta coisa" que nos ensinaram em crianças. Will comentou que parece que temos de desistir de tudo o que a humanidade foi ensinada. Seth interrompeu:

"Para sermos humanos. Aproveitem a vossa humanidade. É onde estão! Aproveitem-na! Eu sempre aproveitei!!"

A discussão continuou. Will disse que gostaria de perguntar a Seth sobre um problema de insónia que tem tido. Seth respondeu:

"Deita-te à mesma hora, seja ela qual for, todas as noites, e diz a ti mesmo que não te importa minimamente se adormeces ou não, que isso não faz diferença nenhuma. Diz a ti mesmo que o descanso te fará bem, mas que não te interessa muito se faz ou não. Diz a ti mesmo que já chega dessa luta, que vais simplesmente deitar-te e deixar o que tiver de acontecer, acontecer. E permite-te ser como te sentires, e vais adormecer."

Will: Posso fazer uma pergunta? "Podes, com certeza." Will: Quais foram as causas disto — como começou?

"Tens de descobrir essas causas por ti mesmo. E pergunta-te porque tens tanto medo da inconsciência quando, aparentemente, acreditas que a inconsciência não guarda perigos. Diz simplesmente a ti mesmo que não te importa, e o problema resolver-se-á. Prolongas-o pela tua concentração nele.

"Deixa-te ir, para seres o que és enquanto te deitas. Deixa os teus pensamentos irem para onde quiserem, e o teu corpo fazer o que quiser. Para de lhe dizer que tem de adormecer, ou que deve. Ele não gosta de ser mandado!"

Rich perguntou a Seth o que ele queria dizer com "viajar através das tuas emoções."

"Viajas através das tuas emoções o tempo todo. E é a tua interpretação que dita se outra pessoa está ou não pronta para enfrentar a tua raiva.

"A tua raiva é assim tão desastrosa? É tão omnipotente que outro ser humano cairá e se desmoronará perante ela?

"Isso deve responder à tua pergunta.

"Agora, terminei por esta noite. Por um momento, ouçam os vossos eus-criança."

Uma canção Sumari.

AULA DE PES 23 DE JANEIRO DE 1973

A aula começou com Wade a reproduzir um trecho das canções em Sumari da semana anterior. As conversas passaram depois para sonhos e experiências fora do corpo que alguns tiveram durante a semana. Will falou de diferentes tipos de meditação e da sua dúvida em escolher a "certa". Seth entrou na conversa, dirigindo-se a Will:

"Quando entrares espontaneamente em meditação, não te preocupes com que tipo de meditação deves fazer. E, antes que alguns dos nossos amigos aqui façam comentários, deixa-me dar-te suavemente a minha interpretação, nos teus termos. Usarei termos com os quais estás familiarizado.

"Todos os planos existem simultaneamente, e não tens de descer de um plano elevado até este. Este é tão elevado quanto os outros.

"Há diferentes tipos de realidades através das quais ecoam a alegria e a vitalidade. E não há duendes nem demónios do mundo inferior espiritual que te possam fazer mal. Agora, se acreditares em demónios, então irás encontrá-los – mas serão criação tua."

Depois, Seth dirigiu-se à turma em geral:

"Estou interessado nas vossas crenças."

Seth fez uma pausa e olhou diretamente para Larry D., que estava sentado no chão à sua frente. Parecia esperar algo de Larry. Falou com ele novamente – de forma bem-humorada:

"Força! Liberta essa grande espontaneidade que brilha tão intensamente! Alegra-te por eu não ser o Don Juan: Sorri!"

Larry então perguntou a Seth sobre a forma de Mescalito – no sentido de que quando Carlos encontrou Mescalito, experimentou a mesma forma que Don Juan tinha experienciado, embora Don Juan nunca lhe tivesse descrito essa forma. Seth começou a resposta estendendo a mão para a mesa de café, pegando num copo de vinho e tomando um gole enquanto falava:

"Estou a fazer um brinde público à forma que tens. É uma forma que acreditas ter, e que todos os outros aqui acreditam que tens, e podes chamá-la do que quiseres. E dentro dessa forma está um espírito que não tem forma. E aqui está um brinde ao copo de papel, que tem uma forma que te disseram que pertence a ele, o que está além da realidade do copo que não é descrita pela forma. E essa é a minha resposta, e tu a interpretarás, e acordarei o Ruburt para que te sintas informado." Jane interveio: "Sou eu."

Após um intervalo, Larry D. falou mais sobre Don Juan, e a conversa passou para simbolismo, particularmente o simbolismo dos sonhos. Rich falou sobre o simbolismo rígido ensinado por Francoise, e depois sobre a tremenda energia e presença que Francoise parecia ter, para ele (Rich). Seth voltou, falando diretamente com Rich com grande ênfase, sublinhando cada palavra ao referir-se à energia mencionada:

"Uma energia que sobrepunha a tua palavra – que era usada para te dominar – uma energia destinada a engolir-te – uma energia que pretendia fazer-te acreditar na tua culpa e deitar-te na cama a implorar misericórdia ao universo – uma energia usada para te destruir o mais possível – e uma presença usada para magnificar a personalidade dele e minimizar a tua – uma energia usada para exibir o poder dele e destruir o teu – e vais encontrá-la se olhares para ela.

"Por isso, pensa na tua própria energia e no teu próprio poder e alegra-te com ele. E não precisas desviar o olhar de nenhum olhar ou presença."

Jane: "Nostradamus associou o fim do mundo ao fim da Igreja Católica!"

Depois de discutirem o tema, Will falou sobre o Apocalipse e a sua preocupação quase obsessiva com o tema. Marianne perguntou-lhe por que razão aquilo o incomodava tanto e Will respondeu que sentia ser sua tarefa

preparar-se para sobreviver. Jane comentou: "E então se acontecer? Basta ter uma experiência fora do corpo."

Seth voltou:

"A vossa tarefa é viver – agora – apreciar a alegria de serem, no momento presente. A vossa tarefa não é enfrentar a morte, mas desfrutar da vida, e realizar a vivacidade que há em vós.

"Alguns de vós conhecem imagens de um sagrado coração sangrando, ou de um deus pregado numa cruz. A cruz é um símbolo de crenças, e um símbolo significa que as vossas crenças podem pregar-vos numa cruz!

"Se existisse – e não existe – uma imagem que vos pudesse dar de um deus que compreendessem, e não há razão para que devam compreender, pois deus está dentro de vós, e vós sois uma imagem de Tudo O Que É. Mas, se vos pudesse dar tal imagem, e se insistissem em adorar, então seria a imagem de um deus risonho e encantador, não sarcástico, mas verdadeiramente alegre. Pois se alguma imagem for verdadeira, então, nesse sentido, esse deus toca flauta alegremente (para o Larry) através das vossas moléculas! Como já vos disse muitas vezes: estão tão mortos agora como alguma vez estarão. As vossas mortes e as vossas vidas existem agora.

"Há um velho poema pseudo-antigo com que Ruburt está familiarizado, que fala de um pão, uma garrafa de vinho e tu a meu lado no deserto. Ora isso tem mais verdade do que todos os vossos contos lúgubres sobre morte e fins do mundo. E a eternidade, tal como a concebem, está no momento – no momento dela – e no momento dele – e no vosso momento.

"Pensam no momento como denso e opaco. Pensam em termos de solidez. Mas o momento é transparente e aberto, um caminho que leva a todas as direções, tal como os vossos próprios eus levam a todas as direções. Agora, o nosso dançarino turco aqui (Pete) e o seu amigo (Fred) estão a aprender a seguir os seus próprios caminhos. Tu já encontraste (para a Sue), não preciso dizer-te, mas estão a encontrar esses caminhos dentro de si. E assim, alguns de vós também o fazem, mas todos devem fazer o mesmo à sua maneira. Devem apreciar a beleza corpórea da vossa carne, a beleza espiritual da vossa carne. E não encarar o futuro com pensamentos vingativos de triunfo sobre o

que veem como derrota. Isso só significa que não confiam em vós mesmos. A carne é a vossa alma no espaço-tempo.

"Só podem avançar a causa da humanidade e a causa dos vossos irmãos ajudando-vos a vós mesmos, conhecendo-vos e cumprindo as vossas próprias capacidades – quando são vocês mesmos, na vossa própria e brilhante singularidade. E são, se ao menos o percebessem. Então ajudam os outros a tornarem-se conscientes daquilo que realmente são. Mas, se acreditarem que devem sacrificar-se pelos outros, então distorcem a verdade dentro de vós. Pois não há sacrifício envolvido, mas sim a realização do vosso ser, que desperta em cada pessoa que conhecem a realização do ser deles.

"Todos sabem o que vou dizer a seguir – e é isto: a mais pequena célula do vosso dedo mindinho é espiritual. O vosso corpo é espiritual. Uma árvore é espiritual. Um sapo e um escaravelho estão todos abençoados com uma deliciosa espiritualidade que fala e renova a vossa fé.

"Por isso, desfrutem do vosso próprio ser, e a vossa alegria irradia sobre os outros, e eles banham-se nela. Isso é melhor do que qualquer penitência, e são suficientemente fortes para aceitar a alegria da vossa própria realidade. Não há nada que tenham de resistir, nem adversários."

"Irá ajudar os outros ao ser eu mesmo."

Jim: "Caramba, nunca tinha pensado nisso."

Muitos aplausos.

AULA DE PES 30 DE JANEIRO DE 1973

A aula começou com a primeira hora dedicada a uma discussão abrangente sobre muitos assuntos. Após o primeiro intervalo, Jane distribuiu os papéis que os membros da turma tinham escrito sobre as suas crenças em determinados temas específicos. Os papéis seriam lidos por alguém que não fosse o autor. Antes da leitura começar, Seth interveio:

"Agora, estarei a ouvir, creio eu, as Vossas crenças. E estarei também a ouvir as crenças que não escreveram tão ordenadamente nos Vossos papéis. Mal começaram! Mais tarde trabalharemos com as Vossas crenças de uma forma que não conseguem ainda sequer suspeitar. E espero que cada um de Vós, ao

ler estes papéis, escute na sua mente as crenças não escritas, e aquelas a que estas crenças conduzem.

Não estou a tentar fazer com que deixem de acreditar em crenças. Mas quero que compreendam que as Vossas crenças sobre a realidade, em termos mais vastos, são apenas isso — crenças sobre a realidade. E formam a Vossa ideia de realidade de acordo com essas crenças. Embora essa frase pareça muito simples, todos os tipos de complicações deliciosas dançam dentro dela — e Vós descobri-las-eis por Vós próprios. Lembrem-se: as Vossas crenças não são Vocês. Seguram-nas na mente como poderiam segurar uma pedra na mão.

E agora, Vós acreditais, e eu acredito, que ouviremos as crenças de pessoas que acreditam que estão aqui a falar sobre crenças — e eu ouvirei, com alegria e apreço!"

Cindy começou a relatar a Jane o que Seth dissera, quando ele interrompeu:

"Um pequeno pós-escrito! Não levem as Vossas crenças assim tão a sério. Permitam-lhes a liberdade de vir e de ir, e não se agarrem a elas com ambas as mãos dizendo: 'Porque acredito, então isto é.' Isso é apenas para Vós. Sejam gentis com as Vossas crenças. Não as espancem, nem deixem que elas Vos espancem.

Tratem as Vossas crenças como amigos que Vos estão a tentar dizer algo — e ouçam-nas. Elas são sábias. Encontrá-las-eis em todas as situações, tal como sempre Vos encontrareis a Vós próprios em cada situação, enquanto acreditarem que são os seres que agora crêem ser."

Cennie leu o papel que lhe calhou. George comentou sobre o que o autor dissera acerca das 'crianças', um dos temas abordados. Seth interveio:

"Significa que as crianças são honestamente os seus próprios seres, e são inocentes porque ainda não aceitaram, nos Vossos termos, ideias falsas e artificiais de culpa, e por isso mostram-se de forma brilhante e transparente. Se odeiam alguém, odeiam-no com grande e inocente brilho. São elas próprias — como Vós seríeis, se o compreendêsseis. Reconhecem a integridade das emoções. Expressam-nas e, portanto, libertam-se delas — e uma transforma-se noutra. Não guardam ódio. Quando o seu clima interior está negro e sombrio, expressam-no e dizem-no.

Não são tolas ao ponto de dizer: ‘Ah ah, o sol está a brilhar, Bendita sejas, Mamã.’ Dizem: ‘Odeio-te.’ Expressam o momento de ódio e assim ele passa, como passa a tempestade. Vêem-se a si próprias. Confiam na integridade natural, até mesmo da sua raiva. Não têm tanto medo das emoções como Vós, porque ainda não acreditam no mal. Quando estão zangadas, sentem o grande ímpeto da raiva — e ela passa.

Aprendereis o que é culpa natural e culpa artificial — e embora use o termo culpa apenas porque Vós o conheceis, elas são muito fiéis àquilo que chamarei, para Vosso benefício, culpa natural. Mas deitam fora todas as Vossas ideias artificiais de culpa — por isso, são fiéis à sua espécie e à natureza interior que dá significado, vitalidade, espiritualidade e também alegria à Vossa espécie."

Barrie pediu esclarecimentos sobre a questão da culpa. Seth respondeu:

"Descobrirás — já o temos escrito, e Ruburt irá lê-lo para Vós na aula. Não entraremos nisso esta noite, ou aqui ficareis até de manhã."

Marianne leu o papel que lhe calhou, identificado como sendo de Lena. Após a leitura das crenças, os Sumari entraram com uma canção para Lena e Barrie, aparentemente incluindo Marianne. Lena então leu o papel que lhe coubera, identificado como sendo de Rich. A secção de crenças sobre sexo foi tratada com detalhe por Rich. As suas dificuldades nesse domínio foram objecto de longos comentários por parte da turma. Seth interveio, dirigindo-se a Rich:

"Esforça-te mais! A tua espontaneidade nesse esforço segue a tua espontaneidade em outros. Já te ocorreu simplesmente deixares-te ir?

Tudo isto aplica-se aos homens e às mulheres presentes. Os risinhos e gargalhadas são uma boa cobertura para a angústia que ele sente — e a angústia oculta que Vós sentis — e a angústia que por vezes todos sentis. É uma questão das Vossas próprias crenças sobre a natureza do Vosso espírito, do Vosso corpo e da relação entre o que parecem ser duas coisas completamente distintas. Os risos e os sorrisos — porque apesar de todas as Vossas crenças escritas, achais que é errado e sujo e oculto, e um assunto de grande e duradoura disputa, em que deveis manter a Vossa posição.

Aqueles de Vós que se riem da imagem do guerreiro, pensem no que fazeis na cama do amante — quer sejais homem ou mulher — fostes e sois ambos

— e a grande e lasciva alegria do amor, a alegria do pénis e do útero é a mesma que a do botão de folha que brota do solo e da alegria activa e passiva da terra que o sustém. Ambos são receptivos e activos, ambos alegres e lascivos com a maior espiritualidade — tudo ao mesmo tempo."

Cindy leu o papel de Pete sobre crenças, e os Sumari cantaram para Pete. Seguiu-se uma discussão sobre a canção e, após uma pausa, um debate sobre os Sumari em geral. Paul, um visitante nessa noite, falou de um grupo ao qual pertence em Chicago. Comentou que, como outros, procuravam a "visão perfeita". Seth interveio, dirigindo-se directamente a Paul:

"Eles não têm a visão perfeita, meu caro amigo — e sê bem-vindo —, porque não há visão perfeita. Vós interpretareis a informação que recebeis, em grande parte, através da estrutura das Vossas próprias crenças. A informação tentará levar-vos além dessa estrutura e expandir a Vossa consciência. Mas, em muitos casos, a personalidade envolvida agarra-se ainda mais às crenças familiares e, assim, projecta cada vez mais essa informação através dessa estrutura.

As estruturas são coisas encantadoras. As escolas são úteis — mas não muito agradáveis. Este plano de existência não é uma escola, nem mesmo — embora eu possa ter usado essa analogia para Vos deixar criativamente inquietos — um jardim de infância. É, antes, uma dimensão alegre da existência. Não deve ser menosprezada em nenhum dos seus aspectos.

Eles sabem — todos eles — o que eu vou dizer. Já me ouviram antes! Vós sois abençoados por estardes vivos. Não há descida à realidade física nesses termos. Não sois culpados por estardes vivos, nem condenados pelo pecado original, nem presos por um karma. Não há karma em termos de culpa — a não ser que acrediteis nela. As Vossas vidas existem em simultâneo.

Eles são abertos. Essa é a resposta a várias das vossas perguntas. E, como cada um de vós sabe, a espiritualidade não precisa de ter uma cara séria. E como todos deviam saber, nesses termos, sois tão espectrais quanto eu; simplesmente ostentais um corpo e chamais-lhe vosso, enquanto eu apenas o tomo emprestado ocasionalmente. Vós emprestais um corpo durante 60, 70 ou 80 anos e fingis que ele é vós. Que alegria há no vosso ser! Tal como há no meu! Que vitalidade ressoa no vosso pé! O silêncio não é necessariamente bom. O ruído não é necessariamente mau. Se pudessem ouvir os sons

trovejantes e multíssonos dentro dos vossos corpos de um ponto de vista diferente, apreciaríeis esse trovão jubiloso!

Discussão na aula sobre Cayce: "A sua informação é canalizada diretamente através das suas crenças – como a sobrevivência do ego." Seth responde:

"Isso aplica-se a Cayce, aplica-se a Ruburt, e aplica-se a qualquer um. Acontece simplesmente que Ruburt não tinha crenças estruturadas dessa natureza, por isso houve uma certa liberdade maior nesse aspeto.

"Mas todos vós também interpretarão o que ouvem aqui em função das vossas próprias crenças. No entanto, espero mostrar-vos que podem brincar com as vossas crenças e adotar uma atitude alegre mesmo nesse domínio. Se brincarem, não terão problemas, pois o excesso de seriedade pode, como Ruburt diria, acabar convosco."

AULA DE PES 6 DE FEVEREIRO DE 1973

A aula começou com Sumari, depois Seth entrou:

"Pareces bastante inteiro para mim, jovem. Eu não te cortei a cabeça. Deixo-vos cortar as vossas próprias cabeças."

A discussão continuou. Um aluno pergunta a um visitante: "Podes dar-nos uma ideia do que estás a fazer com o LSD?" Seth intervém:

"Tenho algo a acrescentar em relação às crenças. Esta viagem vai ficar difícil e ainda mais difícil, especialmente se acreditarem que assim será. E se disserem a um paciente que poderá encontrar problemas profundos e pesadelos do seu ser, ele de facto os encontrará de forma exagerada — não só com LSD mas também em situações terapêuticas e, de facto, em qualquer encontro do quotidiano. Apenas os graus variam.

"Eu vou intervir com os meus contributos conforme se justifique. Não pretendo intimidar-vos — falem como desejarem."

O visitante comenta: "Bem, Seth, se não avisares as pessoas sobre as possíveis dificuldades de antemão, quando elas acontecerem, como penso que acontecerão de qualquer forma, pode ser ainda mais difícil restabelecer

contato com elas. Por isso dizemos: 'Se algo mau acontecer, lembra-te de que estou aqui contigo.'" Seth responde:

"Certifiquem-se, no entanto, de reforçar a ideia de um ajudante amigável presente. Não usem a ideia de que se espera automaticamente que surja algum conteúdo material a ser tratado."

Discussão sobre o uso de LSD e como sair de uma 'viagem' má. O sentimento geral da turma era de que era melhor manter-se na viagem, fosse ela boa ou má, do que usar outra droga para aliviar a situação. Seth intervém:

"Estais a tomar como garantido que só há uma forma de sair de um lugar mau. Também é importante que compreendam a natureza do ego. Tentei dizer-vos algo sobre isso na noite passada e, infelizmente, só conseguimos fazer tanto em tão pouco tempo. Enquanto pensarem no ego como um enteado do ser, como um estranho que deve ser posto de lado para que a grande energia e o conhecimento fluam, estão a criar uma situação de opostos desnecessária. Pois o ego pode aprender muito mais do que lhe atribuís, e pode assimilar esses extremos quando o indivíduo percebe que é capaz.

"Não há necessidade de que o ego seja varrido ou aniquilado, nem sequer simbolicamente. Retornarei a este tema conforme for surgindo na conversa."

Mais discussão na turma. Seth intervém novamente:

"Existem duas escolas. Uma diz que o intelecto é tudo, que deve dissecar e despedaçar, e que cria sistemas artificiais e perde o contato com a natureza. Esta escola acredita que o intelecto é tudo e que toda a natureza pode ser compreendida só pela mente. Chamam a isto a escola americana ou ocidental, e é uma escola da qual a maioria de vós tenta desesperadamente escapar.

"Por outro lado, há a escola que diz: 'O intelecto e o ego não são nada, estaríamos melhor sem eles. A verdade não é conhecida pelo ego, nem pelo intelecto; é só sentimento.' Ambas as escolas estão igualmente erradas. E enquanto tiverem sistemas que tratam apenas de uma ou de outra parte, a pobre pessoa física fica presa entre as duas: ou cuidam da sua mente ou dos seus sentimentos.

"O mais recente, se me permitem, disparate, é o oriental. E embora pareça que eu devesse concordar com isso por não ser físico e, portanto, presumivelmente espiritual, a verdade é que é tão distorcido quanto o ideal ocidental do intelecto dominante. Cada um de vós sabe que é criatura de mente, consciência e sentimento. Disse-vos algumas coisas ontem à noite. E já disse muitas vezes: se um homem vos disser que sois culpados, ele é um falso profeta. Se vos disser para olharem para ele e não para vós próprios, ele é um falso profeta. Se vos disser para ignorarem a vossa mente e confiarem apenas nos sentimentos, ele está a enganar-vos. Se vos disser para descartarem uma parte de vós em favor de outra, está a cortar-vos em pedaços e vós estais a deixá-lo fazer isso com um sorriso e a dizer 'Allah' ou seja lá o que for.

"Estais completamente abençoados com consciência e sentimento, com intelecto e pensamento, e sois feitos para usá-los todos com alegria. Agora devolvo a palavra ao Ruburt. Digam-lhe o que vos disse."

Mais discussão na aula, e Seth volta:

"Quando o meu próximo livro estiver concluído, Ruburt dirá que ainda bem que não estou vivo fisicamente, pois todos os psicólogos vão atacar-me, porque o livro não será da moda. Não será 'in', porque dirá todas as coisas erradas. Vai devolver a responsabilidade pela vossa experiência a vós mesmos e à vossa mente consciente, que depois dirige o fluxo inconsciente do vosso corpo de acordo com as vossas crenças, e delineará algumas teorias de terapia, que não posso começar a expor num tempo tão curto.

"Se a responsabilidade pelo vosso ser não tivesse nada a ver com a vossa mente consciente, então nem sequer precisariam de uma. O vosso problema tem sido não saberem como usá-la. Acreditais que tem de ser analítica de forma negativa; que não pode assimilar de forma positiva; e que está separada do vosso ser. E quando usam o termo 'ego', pensam numa porção permanente do vosso ser, algo fixo na vossa cabeça, invisível, mas que deve ser aniquilado.

"O ego é uma porção viva do ser total e, quando o aniquilam, mesmo simbolicamente, estão a aniquilar uma parte do vosso ser. Não é um crescimento canceroso sobre o eu interior para ser removido. É uma estrutura psicológica viva e real. Se pensarem no ser total, e isto não é uma

analogia perfeita, como um círculo e colocarem a realidade física no topo, o ego está lá, olhando para fora. Mas, à medida que o ser gira, outras porções surgem como ego, e podem abater mil egos e eles voltarão à superfície porque crescem automaticamente e belamente a partir da profundidade do vosso ser. Portanto, estão a combater dragões de papel. Reflitam sobre o que vos disse. Reproduzam a gravação, e se tiverem perguntas, responderei."

A discussão da aula continuou sobre o uso de LSD em terapia e Seth voltou:

"Agora, para que façam a ligação correta. Em certa medida, mencionei aquilo de que estão a falar quando falei sobre os vários níveis de memória celular que foram ativados, por isso podem relacionar o que estou a dizer esta noite com o que foi dito ontem. Agora, continuem."

Mais discussão sobre as experiências transcendentes e místicas realmente maravilhosas de uma boa viagem de LSD, que parece eliminar todos os sintomas ou problemas durante várias semanas ou meses.

Seth volta: "Bem, o que gostaria de ver é alguém continuar o trabalho que foi apenas iniciado por Maslow. Estudar pessoas que têm essas experiências por si mesmas, como um estado natural do seu ser; sem drogas, sem técnicas, sem regras, sem regulamentos — como manifestação natural da sua consciência. Perguntem-lhes como têm essas experiências. Perguntem-lhes onde está, ou não está, o ego nesses momentos. Descobrirão que o ego, ou o que entendem por ele — e o termo é infeliz porque significa muitas coisas para muitas pessoas — o vosso 'eu' consciente expande-se para conter tais experiências do universo, e não é aniquilado dentro da experiência, expande-se para as conter até que contenha tanto que tem de reaprender o que é e assimilar todas as suas partes. Aprende, cresce, descobre, e dentro da experiência é como uma criança curiosa que olha para um novo universo, mas que se conhece como parte desse universo. É isso que eu gostaria de ver feito."

Visitante: "A razão pela qual fui à Índia há alguns anos foi para encontrar pessoas assim e não tenho a certeza se encontrei ou não, mas onde achas que essas pessoas estão?"

Seth volta: "Podem encontrar essas pessoas em qualquer cidade ou vila através de questionários enviados. Se precisarem de as encontrar, procurem-

nas onde Maslow as encontrou. Não as procurem necessariamente entre os doentes, mas entre os saudáveis. Não entre os infelizes, mas entre os felizes. Não entre os que procuram a felicidade, mas entre os que a conhecem. Eles não vão a psicólogos, não precisam de ajuda. Enquanto lidarem com pacientes, estarão já a lidar com pessoas numa certa situação — com dificuldades e à procura de uma saída. Não representam necessariamente a pessoa comum.

"Agora, pessoas que têm esses encontros normais e felizes consigo próprias e com o universo não representam, nos vossos termos, a pessoa comum, mas são tão normais como as que estão no outro extremo. Podem aprender mais estudando a saúde emocional e a realidade das experiências transcendentais dessas pessoas do que apenas no extremo oposto, se for o único que estudarem. Têm de compreender que quando os psicólogos lidam com pacientes e usam terapia, já lidam com pessoas com dificuldades graves, em geral. Os métodos servem para ajudar essas pessoas a alcançar certos estados, talvez muito diferentes. Outras pessoas podem não precisar e não precisam de tais métodos.

"Vêem, isso faz parte do vosso sistema de crenças e do sistema de crenças de muitos indivíduos — por isso não culpo nenhum de vocês — mas o ser comum, deixado em paz, terá essas experiências, e têm-nas. Elas não têm nome.

"Um homem está à porta dos fundos, no seu quintal americano ou francês ou na Índia ou em qualquer lugar; um homem pobre que nunca ouviu a palavra transcendência. Olha para o céu e para as estrelas, sente a terra sob os pés e é dominado por uma sensação de alegria, vitalidade e unidade com o universo. Sente-se vivo e parte de tudo. Fica ali em simples reverência à noite e ao dia. Um homem ou mulher humilde, sem os termos que tanta gente usa. Uma experiência que pode voltar num dia ou numa semana. Um pequeno e simples exemplo de um ser saudável a ser."

"Maslow ao menos começou a tentar descobrir o que fazia essas pessoas funcionarem. Não foi longe o suficiente. Se quiserem ensinar alguém aritmética e acham que a aritmética é a maior coisa, não faz sentido ir ter com um homem que é um idiota nessa matéria, que quer aprender mas não tem aptidão. Se querem descobrir o que faz um homem feliz, então vão ter com um homem feliz."

Estudante: "Vi pessoas na Índia, chamadas gurus, que demonstram esse tipo de personalidade transcendente. Esse tipo de pessoa pode ser imitado?"

Seth entra: "Algumas dessas pessoas, mas particularmente nenhuma das que tens em mente. E agora serei breve. Sei que o Buber quer que todos façam uma pausa. É um truque, é o velho truque do guru e funciona assim: sempre que transferem para outro essas habilidades e poder que são vossos, e ele os aceita e diz 'eu tenho-os e vou ensinar-vos a usá-los', estão ambos em apuros. Ele não sabe quem é, e vocês também não sabem quem são. É tudo da minha parte por agora."

Mais discussão na aula. Visitante: "Se me conseguires mostrar uma forma de abandonar completamente os sistemas, eu gostaria muito de o fazer."

Seth entra: "Agora, podem aprender a desfrutar, compreender e aceitar a vossa condição de criaturas. Podem deixar de lutar contra ela. Podem ser e perceber que o vosso próprio estado de ser tem o seu próprio significado, e esse significado tornar-se-á vosso em termos conscientes quando reconhecerem que vos pertence. Podem simplesmente ser, ao perceber que não há nada de errado convosco. Nenhuma grande batalha a ser travada. Nenhum grande adversário, emocional ou externo. Nada que tenham de fazer para serem melhores. Mas percebam que, em certos termos, estão todos envolvidos na carne. Portanto, as respostas estão dentro da vossa experiência como criaturas. São deuses envolvidos na carne a experimentar a condição de criaturas, a encontrar a experiência através da carne, e ao aceitarem-na e compreendê-la, encontrarão a divindade que pensam ter perdido — porque a procuram em todos os lugares errados. Ela não existe em lugares, nesses termos. Procuram-na em termos exóticos, fora ou em algum outro lugar, seja noutra cidade, noutro país ou noutro plano de realidade — melhor ainda. Mas está dentro de vocês agora."

Pergunta do estudante: "Devo ser advogado ou psicólogo?" Seth responde:

"Se me conhecesses melhor saberias. Ao responder a tais perguntas, embora diga que a autoridade é tua em palavras, não-verbalmente eu diria que a autoridade e as respostas são minhas sobre ti e que tu não as possuis — e quanto mais te forem dadas respostas por outros, mais te convencerás de que as respostas sobre o teu próprio ser residem noutro lugar. E quanto mais ensino alguém a usar outro como muleta — bem, podes sorrir e estar grato e

dizer que sou um tipo porreiro, e não aprender nada sobre o teu próprio ser, desviando-te da responsabilidade da tua própria consciência. Portanto, pergunto-te: qual deverias ser? E espero que a resposta venha de ti, pois a resposta está dentro de ti e é boa — e tu conheces a resposta. Portanto, o maior serviço que te posso prestar é garantir-te que sabes a resposta."

Pergunta do estudante: "Como é que o LSD faz essas memórias emergirem do corpo?" Seth responde:

"Não posso explicar isso rapidamente. No meu livro, a natureza da reação do corpo é explicada e terás de esperar, pois não quero dar uma explicação simples e fazer-te pensar que ficaste satisfeito com ela, porque poderias sair com isso e não seria uma resposta completa. A estrutura do corpo é demasiado complexa para tentar explicá-la numa só noite."

Discussão na aula sobre o uso de sonhos, particularmente por uma tribo primitiva em algum lugar da América do Sul. Pergunta do estudante: "Com que idade achas que as crianças perdem a capacidade de comunicar com outras dimensões?"

Seth responde: "E vocês não a perderam."

Eles nunca perdem essa capacidade; simplesmente são ensinados de que tais realidades não existem. São castigados por mentirem ou inventarem histórias. Ensinam-lhes que aquilo que acontece com eles não acontece realmente. E então perguntam-se o que está errado e passam o resto das suas vidas a ir a psiquiatras para descobrir porquê. Diz ao teu amigo que sorri e ri quando disse isto. Podes, de facto, começar por ensinar às crianças aquilo que elas já sabem: que deixam os seus corpos quando dormem, que deixam os seus corpos quando estão acordadas, que encontram pessoas que tu talvez não vejas, que podem resolver os seus problemas enquanto dormem, que, se tiverem um problema, podem colocá-lo antes de dormir e ele será resolvido no sono. Podes ensiná-las a agir de acordo com a terapia natural que ocorre no estado de sonho. Mas, se lhes disseres que os sonhos são caóticos e que o conhecimento que recebem neles é falso, então tu nunca aprendes, elas nunca aprendem, esquecem o que poderiam ter aprendido, e a civilização fica mais pobre, assim como o indivíduo. Podes resolver agressões através de uma terapia natural de sonhos — e fazes isso constantemente — mas foste ensinado de que a agressão é tão errada que

censuras os teus sonhos. Uma sociedade verdadeiramente civilizada trabalharia as suas agressões, aquelas que não poderiam ser expressas. E não há razão nenhuma para que a agressão natural não possa ser expressa. Mas como elas estão tão reprimidas dentro de ti, acabam por explodir em guerras. Assim, enfrentas a guerra. Um método mais civilizado de lidar com esta situação, já que ela existe, seria lutar as tuas guerras individual e coletivamente no estado de sonho, onde pelo menos não podes realmente matar pessoas em termos de criatura. Todos compreenderiam as "novas" e "antigas" regras. Isto é uma pequena introdução sobre o que poderia ser feito com a existência corporal.

Pergunta de aluno: "O que deves fazer se sentes raiva?"

Se o teu verdadeiro eu está zangado, então está zangado; por que fingir que é outra pessoa? Vou deixar que alguns dos alunos respondam a isso, pois estão bem cientes do que eu diria e é bom que tentem expressar e articular claramente as suas ideias sobre o assunto. Portanto, vou ouvir a vossa explicação.

Seth entra novamente após alguma discussão sobre como lidar com sentimentos hostis:

Agora, um ponto (e desculpa interromper, antes que prossigas) que quero sublinhar: a expressão do teu amor — a expressão do teu verdadeiro amor — está inibida exatamente no mesmo grau em que aquilo que consideras agressão está inibido, pois ambos provêm da mesma fonte, a energia da criatividade que está dentro de ti. E, como te disse muitas vezes, não podes fechar partes da tua expressão sem criares hábitos dentro do teu sistema. Não podes esconder a raiva sem esconder o amor. Não podes ter medo de uma parte de ti sem eventualmente ter medo de todas as partes. Agora, continua.

Discussão em aula. John coloca a questão sobre o que fazer com a raiva: escondê-la, mostrá-la, ou teorizar sobre de onde vem. Seth intervém:

E intelectualizá-la, e dizer: não, não estou zangado, ou estou zangado mas não devia estar... Aqui estou eu nesta situação e o meu amigo Mark tem algo importante a dizer e é tolice eu estar zangado e ele calar-se-á eventualmente e talvez ninguém queira ouvir o que tenho a dizer e talvez eu deva ficar

calado — em vez de pensar, pelo menos para ti próprio: sinto-me zangado, este é o meu sentimento e é onde estou, então decide como queres expressá-lo. Expressaste-o! Expressaste-o através de movimentos corporais que Ruburt captou, e provavelmente outros também, e não foi raivoso, simplesmente tens medo do que consideras emoções agressivas. Foi exasperação, foi impaciência e o teu corpo mostrou isso. Querias falar. Não foi grande coisa. Foi um estado do teu ser naquele momento. Agora, para constar, e simplesmente a minha opinião: eu, pessoalmente, não recomendaria doses elevadas de ácido a ninguém, independentemente da terapia envolvida. Pequenas doses com supervisão e um bom guia, sim, mas também acho que o teu bom médico chegará a essas conclusões por conta própria. E acho que o que ele está a fazer está a ensiná-lo muitas coisas e a outros envolvidos com o livro, e que, porque acredita na estrutura em que está a operar, fez algum bem, mas fez esse bem apesar da mensagem e devido à bondade e força da sua própria personalidade, que poderia ser igualmente eficaz sem essas crenças.

Agora, as pessoas frequentemente vivem desastres pessoais e desastres naturais nos quais enfrentam a natureza como a conhecem: furacões, inundações, terramotos. Existem acidentes em outros níveis, elas escolhem essas circunstâncias, totalmente alinhadas — quer tenham consciência disso ou não — com as suas crenças conscientes. E não tentarei dar-te mais detalhes sobre isso. Declarei isso em vários dos meus livros, nas aulas e na minha presença. Aqueles que enfrentam o equivalente mental e psíquico de um desastre natural também sabem o que estão a fazer e têm a sua razão, e assim os teus pacientes aceitam isso — pela sua própria razão, que pode não ser a razão que te dizem ou a razão que pensas que têm. Assim, há um dar e receber entre as crenças do terapeuta que administra o ácido e as crenças do paciente que o aceita. E há um terreno comum que pensas conhecer, mas que ainda não encontraste. Digo "tu" significando todos os envolvidos.

Numa má viagem, tens, usando agora uma analogia, um falso desastre psicológico, para o qual dois agentes são necessários em termos da terapia em que operas. Um, obviamente, é o terapeuta, e o outro é o paciente. Agora, por mais amavelmente que fales ao paciente e digas "Meu caro amigo, isto é para o teu bem, toma este remédio, é um inferno mas vais morrer", ele sabe o que estás a oferecer-lhe e aceita-o de ti como o teu amigo Will aceitou

as pancadas do seu guru, porque acredita na culpa e acredita que essa magia a irá remover. Quero que assimiles isso primeiro, e terei mais a dizer.

Seth entra novamente após discussão em aula:

Mas nós expressamos o que sentimos, como deves expressar o que sentes e aceitar com alegria a natureza do teu ser como a compreendes e a experimentas, nos teus termos, em qualquer momento dado. Agora, para os nossos alunos habituais, na próxima semana, vão lidar com crenças. Leiam as que não foram lidas esta semana e explorem outras crenças vossas e vejam o que podem fazer com elas de forma criativa, e levaremos-vos a algumas viagens, sim, com a vossa mente consciente, e vejamos se conseguem brincar com isso. Onde está o meu amigo Flautista de Hamelin esta noite? Digam-lhe que perguntei por ele. Agora, devolvo a aula ao nosso amigo e a vós, e já têm doçuras que cheguem para esta noite.

Pergunta de aluno: "E sobre o Bagavad Gita?"

Seth: O que achas tu sobre ele? Já o leste?

Mais perguntas, e Seth responde: Então tens de aprender as crenças que tens nesta parte da tua mente e as crenças que tens naquela parte da tua mente, e fazer esse trabalho por ti próprio. Desejo-te boa sorte!

AULA DE PES 13/02/1973

A aula começou com a discussão em grupo evoluindo para o tema da "criatividade". Alguém manifestou objeção ao facto de "criatividade" ser normalmente associada às belas-artes, como pintura, escrita, etc. Alguém perguntou se o simples ato de criar e educar uma família não poderia também ser considerado como "criativo". Seth entrou brevemente na conversa:

Tenho uma pequena observação. Qualquer pessoa que seja mulher num dado momento pode ter filhos, mas ninguém poderia ter o filho que tu tens, e ninguém poderia escrever o poema que tu escreves.

Todos têm um corpo que está vivo, nos vossos termos. Mas ninguém tem o corpo único que tu tens. Criaste o teu corpo como crias uma obra de arte, nesses termos, é a tua escultura viva. És tu em carne — e nesta vida

expressas-te através desse corpo, não importa quão mental ou espiritual sejas, falas com a vitalidade animal da carne na qual a tua natureza biológica e a tua natureza espiritual estão combinadas. E elas falam, e expressam-se juntas. E agora, à tua maneira, estás a fazer um belo trabalho com as tuas crenças, por isso deixo-te estar, acredito.

Sessão de Aula - 20/02/1973 - A aula começou com a leitura das últimas crenças do exercício iniciado há cerca de quatro semanas, seguida da discussão desses textos. A conversa da turma evoluiu depois para temas como Crenças, Suposições de Base e Criação de Realidades. Seth entrou na conversa:

"Agora, deixei-VOS correr alegremente, e isso faz-VOS bem. Nos termos em que estou a falar, VÓS criais toda a VOSSA realidade neste momento. Todas as VOSSAS realidades cruzam-se neste momento, e, na medida em que viveis plenamente este momento, estais a viver plenamente todas as realidades. As VOSSAS atividades agora afetam todas as realidades que conheceis, que conhecereis ou que já conhecestes. Tendes uma energia incrível neste momento. É ela que, nos VOSSOS termos, vos mantém vivos neste momento. Cada um de VÓS é de facto uma janela para aquilo que considerais passado, futuro e até outras probabilidades. Sois pontos focais de energia através dos quais emergis e criais constantemente, e não há fim para a energia que há em VÓS neste momento em que falo.

Criais crenças à medida que prosseguis, nos VOSSOS termos. Por detrás de todas as VOSSAS crenças existe uma realidade do VOSSO ser neste momento. E este momento é eterno e interminável. Quando digo isto, não quero dizer que esteja concluído e seja para sempre; quero dizer que é infinitamente criativo e nunca terminado — eternamente inacabado, mas em constante crescimento, tal como VÓS próprios. E, como já VOS disse antes, sois de facto deuses envoltos na condição de criaturas. Agora, deixo-VOS digerir isso e desfrutar da vitalidade e energia do VOSSO próprio ser."

Larry transmitiu a Jane o que Seth tinha dito. Rick comentou que, se há uma realidade além das nossas crenças, então podemos mudá-la. Seth respondeu-lhe: "TU és real. TU existes. Tens crenças sobre a TUA própria existência. Por detrás de todas as crenças está a TUA existência. A TUA existência é uma realidade. As respostas, então, as crenças e as perguntas, estão dentro da

realidade que TU és, e explicá-las-ás a TI mesmo à medida que a TUA experiência mudar."

Jeff perguntou: "Existe um plano sem crenças e perguntas como as conhecemos?" Seth respondeu: "Existem realidades nas quais, nos VOSSOS termos, as perguntas não existem tal como as conheceis — da mesma forma que uma árvore cresce um centímetro de cada vez. Crescer um centímetro de cada vez, no VOSSO mundo, é uma pergunta. No mundo da árvore, não é uma pergunta, mas um crescimento. E essa é a minha resposta para TI. A árvore acredita que existe um espaço através do qual pode crescer, e essa é uma resposta para TI. E estou deliberadamente a deixar brechas pelas quais podeis saltar por VÓS próprios — e façam-no com ousadia e coragem."

Rick perguntou a Seth: "Quando dizes que por detrás de todas as crenças está a minha existência, será a minha existência algo como as crenças de outro aspeto da minha personalidade, ou como as crenças do Tudo O Que É — percebes o que quero dizer?"

Seth respondeu: "TU sabes o que queres dizer? — TU existes porque acreditas que existes."

Barrie perguntou: "E se ele não acreditasse nisso?" Seth respondeu jovialmente: "Seria 'Adeus, Ricky'! Mas, existe uma certa parte do Ricky que está consciente da sua existência constante — na carne ou fora dela — e essa parte não pode ser enganada pelas crenças do Ricky."

Barrie: "Essa parte tem as suas próprias crenças?" Seth: "Essa parte existe."

Barrie: "Então, essa parte estaria além das crenças, como estávamos a falar antes." Seth: "Não disse que está além das crenças. Agora, todos vós devem pensar por conta própria e olhar para o grande deus interior que existe em VÓS (em vez de olharem para o grande Seth!)."

Ricky comenta que uma árvore não tem problemas. Seth responde: "Devolver-VOS-ei às VOSSAS crenças."

Durante a discussão da aula sobre o que tinha sido dito, Mary Agnes comentou que se questionava sobre o que "fé" realmente significa. Seth respondeu:

"A fé é o que te deixou crescer de feto para adulto. É o que mantém o teu pulso a cantar e o sangue a correr pelas tuas veias. É o que mantém a tua mente a pensar. É o que te permite fazer a pergunta. E essa é a melhor definição que te posso dar. É aquilo que TU és quando não estás a pensar sobre quem TU és."

Mary Agnes começou a relatar a Jane o que Seth tinha dito, e Seth interrompeu:

"Se a tua mente consciente fosse tão operativa como é agora, à nascença, nunca acreditarias que serias capaz de crescer. Duvidarias da tua capacidade de crescer. A fé é o que TU conferes a TI mesmo, e opera além e dentro das suposições fundamentais que mais tarde reconheces."

"Quando cresces de feto, intelectualmente não sabes que deves crescer X polegadas ou Y metros. Intelectualmente, não tens noção do espaço em que tens de emergir. E, no entanto, assim o fazes. Do mesmo modo, nos TEUS termos, TU nasces, e morres. E morres com a mesma fé com que nasceste."

Barrie: "Disseste que ela tem consciência quando era bebé, mas duvidaria que conseguiria crescer — Por que razão esse seria o efeito da consciência?"

Seth: "Porque a mente consciente tem características próprias, que são altamente necessárias. Mas não são necessárias no momento do nascimento."

"E a consciência, como a entendem, deve crescer juntamente com as suposições fundamentais do mundo em que nasce, para que possa ajudar-vos a navegar nesse mundo. Mas não podeis estar sobrecarregados ao nascer com uma consciência fisicamente orientada e completamente desenvolvida, nos VOSSOS termos. Pois colocaria tantas perguntas que morreríeis antes de respirar pela primeira vez."

AULA DE PES 27 de fevereiro

A Jane leu citações breves do livro de Seth sobre a graça natural. Seguiu-se discussão. Um aluno contou a experiência com um cão doente com esgana, que precisou de ser eutanasiado. Seth interveio:

“Este é um bom exemplo daquilo que queria dizer de qualquer forma. E antes que continues: por que razão acreditas que a expressão dos TEUS sentimentos agressivos naturais é tão poderosa, tão descontrolada e tão terrível que, se não for expressa fisicamente, pode aniquilar um animal ou uma pessoa? Da TUA parte — perdoa-me — mas foste TU quem iniciou isto. Da TUA parte, mas também da parte de todos VÓS, sempre que sentis isso, há um certo egocentrismo envolvido, como se a VOSSA agressividade fosse tão poderosa que, perante ela, o universo se encolhe e os animais reviram os olhos, tombam de barriga para cima e morrem. Livrai-me de tal crença.

Projetando isso para fora, qualquer animal que atravesse o VOSSO caminho corre perigo — não vá algum pensamento agressivo vosso atingir o alvo. E qualquer amigo vosso faria bem em tremer de medo diante do grande poder cósmico dos vossos pensamentos agressivos e do vosso franzir de sobrolho. Estais a dizer que o bem é fraco e não tem defesa contra este grande poder do mal que abrigais dentro de vós. Que o cão não tem defesa, capacidade, poder e graça natural próprios. E, levado ainda mais longe (TURAN BATE), que os VOSSOS pensamentos fortuitos podem matar um homem ou uma mulher — essa criatura milagrosa — por nenhuma outra razão senão porque desejastes que morressem por um breve instante.

Se isso fosse verdade, então a vida física seria muito escassa — nem haveria população. O cão foi espontâneo, mas TU não foste, e TU não causaste a morte do cão de forma alguma. E é extremamente egocêntrico, percebes? E verdadeiramente ‘divino’ da TUA parte pensar assim — atribuis a TI mesmo grandes poderes, e todos VÓS o fazeis quando pensais que nenhuma outra consciência tem qualquer defesa natural. O universo é mais saudável e mais sábio do que isso. E espero que isso resolva os teus receios sobre a culpa, não só nesse episódio, mas também noutros de que ainda não falaste. Agora, devolvo-VOS às VOSSAS crenças, e deixo-VOS continuar de onde interrompi.”

Conversa contínua acerca do cão. O Seth volta a entrar: "Levem isso mais longe." Após mais conversa, Seth regressa: "Agora, estavam tão determinados, a matar o cão, que isso criou a sua própria realidade, porque noutra parte da vossa mente subconsciente — não inconsciente, mas consciente — sentiram que a vossa rejeição do cão estava a ser traduzida e que o estavam a matar. E sentiram que as vossas próprias agressões estavam a atacar o cão, e por isso tentaram convencê-lo do contrário, sendo que ele não precisava de ser convencido. E as ideias estavam na vossa mente,

invisíveis apenas porque não olharam para elas, mas não inconscientes. Agora, volto-vos às vossas crenças, visíveis e invisíveis."

Discussão de classe. A homossexualidade não é mencionada, o que causa curiosidade. Uma mulher diz: "É um sentimento dentro de ti. Eu prefiro estar com homens. Se alguém escolhe uma vida como homem, há certas coisas a cumprir." Seth responde:

"Agora, escolheram uma vida como indivíduo; esse indivíduo está focado, para vocês, num corpo masculino. São, antes de mais, um indivíduo. A vossa masculinidade é uma parte de vocês, não é o vosso todo. São, antes de mais, uma criatura. A vossa masculinidade é uma característica vossa, uma lente através da qual veem a realidade. A vossa criatura é o vosso foco primário e a vossa masculinidade ou feminilidade fazem parte disso — e dentro dessa lente têm grande liberdade. Podem escolher ser pai ou não ser pai — isso é o vosso foco biológico masculino, porque são um indivíduo e uma criatura com consciência apurada. Dentro dessa estrutura, a vossa masculinidade é simplesmente um foco. Quando tiverem isso claro, direi outras coisas que vocês também sabem."

Um aluno lê o seu texto sobre crenças relacionadas com o suicídio: "Podia deixar o corpo morrer à fome ou esgotá-lo. O meu corpo conversa com O CORPO."

Seth: "Estão a criar visões onde elas não existem: porque a vossa mente trabalha através do vosso corpo, e na criatura não podem pensar um pensamento sem a cooperação do vosso corpo. Nem podem mover um músculo sem a cooperação da vossa mente. A unidade está lá. A vossa força vital está convosco, a manter-vos vivos — até os vossos pensamentos suicidas dependem da vossa vitalidade. Não podem pensar em matar-se se não estiverem fisicamente vivos. Esses pensamentos, então, são evidência da vossa vitalidade como todos os vossos outros pensamentos. E não são mais assustadores do que uma tempestade de verão que aterroriza com relâmpagos e trovões, mas que ao mesmo tempo rega e renova a terra. Da mesma forma, os vossos pensamentos suicidas servem para vos renovar. Acham que precisam de uma desculpa para viver, de uma crise para observar o milagre de cada novo dia — e então consideram isso e salvam-se mais uma vez, como a terra com a chuva. Até a tempestade é gloriosa e cheia de vida, como vocês são. Sejam a tempestade e os campos sobre os quais ela cai — o

brilho dos relâmpagos e o terror, e as flores sobre as quais a chuva cai. Isso é um ser espetacular."

AULA DE PES 6 de março de 1973.

A aula continuou com a leitura dos textos dos alunos sobre crenças relacionadas com o corpo — uma tarefa de três semanas atrás. Lena leu um texto que identificou como seu, e depois discutiu as suas crenças relacionadas com a gravidez e o parto.

Durante a discussão, Seth entrou na conversa:

"Têm-se conduzido numa bela perseguição, todos vocês — e algumas das questões que surgiram esta noite surgiram por uma razão, e alguns de vocês sabem bem quais são essas razões, mesmo alguns que ainda não falaram. E deixei-vos prosseguir com as vossas crenças para que possam perceber quais são, quer as expressem ou sejam expressas por outros.

"E gostaria que seguissem os sentimentos que acompanham essas crenças durante a semana, e ficarão surpreendidos com a energia criativa que será libertada.

"E tu (para Lena), deixa sair a raiva e o ressentimento, mas não os pares como fazes, porque estão a conduzir-te a outro lugar — além das razões que pensas ter para essa raiva e ressentimento. Pensas que estás a libertar esses sentimentos, mas não os deixas transformar-se noutros sentimentos, o que significa que estás a construir uma represa num ponto e a não permitir que eles fluam e se transformem. Não os abraces tanto ao peito! Deixa-os fluir e vê para onde te levam. Agora, dá-nos um momento. — Será uma canção (Sumari) de aspetos para decifrares."

Seguiu-se uma canção Sumari, primeiro dirigida a Barrie e Lena, depois com segmentos curtos dirigidos a Carlos, Marianne, Pete, Barrie, Jeff, Jackie e Cindy.

Depois da discussão da canção, Seth voltou:

"A discussão deve ter aberto para cada um de vocês — todos vocês — algumas áreas das vossas próprias crenças. Crenças sobre os vossos pais, escondidas por trás daquelas que pensavam ter; sentimentos sobre a

natureza da existência, sobre o bem e o mal e sobre a dor tal como ela se aplica pessoalmente. Gostaria que examinassem as vossas crenças nessas áreas.

"Podem descobrir que possuem certas crenças intelectuais, das quais têm muito orgulho, e outras, igualmente intelectuais, que escondem de si próprios porque as primeiras não as aceitam. E reagem segundo ambos os conjuntos de crenças, até aprenderem quais são e se familiarizarem com o conteúdo completo da vossa mente consciente. Isto aplica-se a todos vocês!

"Essas crenças, quando examinadas, conduzir-vos-ão à criatividade e ao crescimento. Aceitá-las como válidas enquanto sentimentos e crenças, e atravessá-las, usá-las como processos de aprendizagem e emergir com crenças mais flexíveis — que também um dia deixarão de servir. Desejo-vos então uma noite Sumari alegre — e boa sorte ao colherem as vossas próprias bênçãos das árvores da existência que florescem dentro de vocês. E sei que sabem que têm acesso a toda a energia de que necessitam — e que as respostas estão dentro de vocês!"

Tradução do Sumari por Jane: "Que o eu se questione então dizendo: por que motivo o meu corpo é perseguido eternamente pelo fardo da carne? E o silêncio jorrará dos quatro cantos da terra e do centro corporal do eu, e o esplendor do corpo parecerá morto. Tornar-se-á um estranho, não desejado, e sentir-se-á como um órfão, admitido a um banquete para os seus superiores, encerrado na carne a contragosto.

"Que o eu então se questione, gritando: por que anda o meu corpo em farrapos e me envergonha perante os meus bons amigos? Quem é este mendigo que implora pela minha atenção e espera à soleira da minha alma, agarrando-se às minhas vestes? Então, que a alma fale enquanto o eu e o corpo escutam, e o mundo cesse os seus lamentos e retenha as suas estações.

"Sou a alma, cantando eternamente o eu para dentro da carne. Eu e a carne — os gémeos mágicos do meu ser. O reflexo da minha essência no tempo terreno enquanto foco o meu olho milagroso em visões de vigília e de sonho. Que então o corpo e o eu se questionem mutuamente dizendo: como é que a nossa unidade é uma só, sendo as nossas divisões ilusão? O primeiro nascimento é dado pela alma Sumari à sua prole... eu e corpo fundidos com o

que não é dito nem conhecido. No entanto, cada um deve renascer com os olhos bem abertos na compreensão da carne."

Toda a tradução de Jane não foi transcrita. O ponto principal parece ser a ênfase na insistência repetida de Seth: "VOCÊS são deuses encarnados na condição de criatura". Formamos os nossos corpos tridimensionais para que a nossa Entidade ou Supra-alma possa experienciar.

AULA DE PES Março, 1973

A aula começou com uma discussão geral sobre a sessão da semana anterior. Connie, Wade e Sue leram textos que escreveram sobre crenças relativas ao corpo, baseados numa tarefa dada algumas semanas antes. Richie, um visitante na aula naquela noite, falou sobre as suas experiências ao tentar usar a sugestão e estados fora do corpo para resolver problemas. Seth entrou então em cena:

"Isto aplica-se a todos vós, e foi bom para vós. É uma ideia bastante esotérica brincar com estados fora do corpo, e é divertido, mas, para descobrirem as razões das vossas crenças, têm de olhar para o conteúdo da vossa mente consciente e sarcástica. As respostas são conhecidas por vós, e não estão enterradas nas profundezas do vosso ser — apenas se acreditarem que estão. Vós sabeis, conscientemente, muito mais do que vos permitis saber que sabeis. Os armários estão na vossa mente consciente, e esses armários formam-se quando dizeis: 'Eu sei, mas vou fingir que não sei.'

Por vezes, nos sonhos, recebereis as vossas respostas, mas não se a mente consciente ainda tiver permissão para esconder os seus próprios conteúdos. Sois vós que devem abrir a porta e aceitar a informação dos sonhos, e isso só acontecerá quando estiverem prontos para o encontro convosco próprios. E esse encontro é audaz e entusiasmante, pois não olha para os outros, mas para o conhecimento que está dentro de vós como espécie. Nesse sentido, tendes uma mente desenvolvida e autoconsciente por uma razão.

Poucas pessoas estão conscientes das capacidades dessa consciência e das formas como ela orienta o vosso conhecimento inconsciente. Ela dirige um grande poder, mas esse poder é libertado de acordo com as vossas crenças sobre vós próprios e o mundo que conheceis. Convido-vos a serem verdadeiramente autoconscientes — a aceitarem a vossa natureza física —

pois é nessa fisicalidade que residem todos os segredos da vossa espiritualidade e das portas da vossa consciência. É por isso que tendes uma mente consciente e corpos agora. Agora, quero ouvir as vossas crenças sobre o corpo."

A turma começou a discutir os comentários de Seth, que então voltou:

"Mais uma observação, dirigida a ti, Richie, mas também a todos vós. Vens aqui e queres compreender e investigar a natureza da realidade. Esperas que isso inclua encontros fora do corpo — estarias até disposto a lidar com demónios interiores, vindos do nada para te cumprimentar. Alguns de vós estiveram dispostos a enfrentar monstros cósmicos. Mas todos vós mostram alguma relutância em enfrentar a vossa própria fisicalidade — em confrontar a vida, a morte, o nascimento e os momentos que parecem fluir uns após os outros. Se não tendes coragem de enfrentar as vossas próprias emoções e a realidade do vosso ser agora, o que vos faz pensar que podem escapar e encontrar os deuses lá fora?

Têm de encontrar-se a vós próprios como existis na carne e nas estações. Têm de conhecer-se como são e compreender a beleza e unicidade do vosso ser. Usando isso como ponto de partida, compreenderão a vossa espiritualidade. Mas, ao negar a vossa fisicalidade, nunca compreenderão verdadeiramente nem a fisicalidade nem a espiritualidade. Negar a besta não vos mostrará os deuses. O que estamos a fazer — o que estão a fazer convosco próprios — é muito mais importante do que imaginam. Sair do corpo não é negar a vossa carne. É permitir que mistureis a sabedoria — a sabedoria corpórea do vosso ser — com a espiritualidade do vosso ser. É perfeitamente natural sair do corpo, e fazem-no constantemente. Mas, quando o fazem em vida, estão ainda ligados ao corpo físico que conhecem e utilizam-no, por assim dizer, como uma plataforma de lançamento.

Quando estão fora do corpo, nesta vida, ainda utilizam atributos do cérebro. Quando regressam ao corpo, têm de interpretar o conhecimento recebido através do cérebro. Mesmo fora do corpo, pensam em termos humanos. Quando deixam o corpo, em definitivo, quando operam fora dele, então deixam de pensar sequer em termos de momentos sucessivos ou de tempo. Vós viveis, estejam ou não no corpo, mas a vossa expressão corpórea é vossa. Existe por uma razão, e a alma expressa-se na carne de um modo que não consegue de outra forma. A experiência terrena é inteiramente distinta de

qualquer outra, como todas as experiências o são. E a mente existe por uma razão, e as emoções por outra, e juntas formam o caminho da vossa experiência. Agora, volto-vos às vossas crenças. E espero ter baralhado algumas!"

Larry D. e Rick contaram a Jane o que Seth tinha dito. Rick falou sobre sonhos, e Seth voltou:

"Não poderíeis sonhar da forma como considerais o sonho — essa coisa peculiar chamada sonho — a menos que fossem físicos. Há libertações químicas dentro do vosso corpo, e muitas interacções que resultam no que chamam de sonhar.

Como Rubert vos disse há algum tempo, a sua grande revelação foi que os seus pensamentos estavam dependentes do cérebro físico, na medida em que estava fisicamente encarnado. Não podem pensar um pensamento, nos vossos termos agora, a menos que sejam físicos.

Vou tentar explicar isto claramente. Fora da realidade física, o que consideram pensamentos não é, inicialmente, verbal. Pensam verbalmente. Os vossos pensamentos físicos são, assim, dependentes da vossa fisicalidade, e construídos sobre dimensões de realidade rica e espiritualidade biológica que ainda não compreendem."

Neste ponto, Rick sugeriu que é precisamente aqui que está o conhecimento que procuramos — e que não precisamos de o buscar noutras dimensões. Seth respondeu:

"É exactamente isso. Está na vossa vida em todos os seus aspectos e não há separação. São tão físicos ao sonhar como ao estarem acordados, e tão espirituais ao estarem acordados como ao sonharem. Têm a verdade quer estejam a dormir quer acordados. Podem olhar para os animais e invejar a sua grande e sábia tranquilidade. No entanto, realizam muito mais actividades com a mesma graça corporal, e as respostas estão dentro da vossa própria consciência.

Foram ensinados durante tanto tempo que as respostas estão para além de vós que muitos ainda se recusam a acreditar que já as têm. As perguntas que fazem contêm, nelas próprias, as respostas. É por isso que as colocam. A

criação virá sempre de dentro, da parte de Tudo o Que É que está dentro de vós."

Rick começou a repetir o que Seth tinha dito, mas Seth interrompeu:

"Os sonhos são uma característica da vossa fisicalidade. Agora, continua!"

Rick prosseguiu por um momento, e Seth voltou:

"Gatos sonham. Macacos sonham. E vocês sonham. À sua maneira, nos sonhos dos animais, eles exploram e expandem a dimensão que conhecem. E alcançam, nos vossos termos — apenas nos vossos termos — outras dimensões da realidade, mas através da sua fisicalidade. E, assim, também vós, através da vossa fisicalidade, fazem o mesmo e sobem através desses níveis de realidade, nos vossos termos, e concretizam-nos. Mas não esqueçam que os animais sonham, e também são criativos, e da sua fisicalidade brota uma experiência que não compreendem — uma experiência com a sua própria espiritualidade biológica."

Após o intervalo, Jeff estava a comentar o que Seth dissera, quando este voltou a interromper:

"Odeio interromper-te, porque estás a fazer um bom trabalho, mas queria dizer-te que estou a regressar à sanidade dos animais, de onde, nos vossos termos, começou a vossa jornada. Essa jornada continua, mas não através da negação da vossa herança, e sim através da sua integração — tornando-se mais aquilo que já são, e não tentando negar a vossa realidade. Não se encontra uma realidade negando outra. Acabam por negar todas."

Connie começou a relatar a Jane o que Seth dissera, quando Seth regressou novamente:

"Quando me ouvem falar, estão a experienciar uma amplificação, uma extensão das capacidades que existem dentro da vossa fisicalidade — uma aceleração da criatividade — uma criatividade multidimensional — que está contida na vossa existência como criaturas."

Cada um de vós tem o seu próprio caminho. Pode não ser falar desta forma, ou alcançar como o Ruburt o faz, através da sua fisicalidade — baseado nela e, portanto, por meio dela — e para além dela. Mas o vosso caminho também

opera a partir da vossa condição física, usando a vossa consciência com base nessa fisicalidade e enraizada nela.

Vós sois os espíritos que percorrem a Terra e assombram os séculos, tanto quanto eu. As vozes que ouvis são tão vossas como a minha é minha. Sou um eco da vossa fisicalidade, dos deuses revestidos de carne. E, dentro de vós, através da vossa própria fisicalidade, estão as vossas próprias perguntas e respostas, e a jornada única pela realidade que pertence a cada um de vós e a mais ninguém.

A vossa realidade será só vossa. Cada um de vós cria o seu mundo e a sua realidade, tal como, nos vossos termos, Deus criou o mundo. Esse é o vosso dom, e, de facto, o único verdadeiro dom dos deuses. Exploraremos mais esse assunto numa noite futura, quando estiverem mais seguros na vossa fisicalidade.

Jane perguntou a Florence o que Seth tinha dito. Florence respondeu que achava difícil repetir — só sabia que o que ele disse era muito profundo. Seth voltou, dirigindo-se a Florence com jovialidade:

"Foi a deliciosa simplicidade da minha afirmação que vos pareceu tão profunda."

Na conversa que se seguiu, Richie sugeriu que talvez o que Seth disse estivesse relacionado com aquilo a que os "cientistas" chamam o impulso interior para matar. Seth respondeu com força:

"Quem queres matar?"

Richie respondeu que não queria matar ninguém. Seth questionou:

"Então porque aceitas a palavra do cientista de que queres matar alguém? Pergunta-lhe a ele quem quer matar e porquê — e não será por influência dos animais."

Depois, o grupo Sumari apareceu com uma canção. Florence disse que o título era "Ciclo da Vida". Seth explicou um pouco da música:

"Ele olha para a sua amiga Sue porque já se conhecem, nos vossos termos, em tantos mundos — tal como tu os conheces a ambos em muitos mundos. E

não é coincidência que a nossa Senhora de Veneza seja mencionada tantas vezes — mas cabe a ti descobrir porquê, e lembrar onde é que encaixas no Sumari. A discussão de hoje serviu também, entre os muitos significados, para vos lembrar da vossa natureza sumariana, e da sumariedade dos outros nesta sala, que vos une. E sim, o título da canção estava certo."

O grupo Sumari voltou com uma apresentação longa e apaixonada dedicada à Marie.

AULA DE PES 20 de Março de 1973

Continuando a tarefa proposta há várias semanas, Cindy leu um texto sobre crenças em relação ao corpo, intitulado "O Corpo e o Meu Corpo", escrito por um membro da turma. Seguiu-se uma discussão. Diana identificou o texto como seu e acrescentou que agora, ao contrário de há algum tempo, sentia que conseguia usar o seu corpo para se expressar. Seth interveio:

"Não só o podes usar como expressão de ti, como ele já é, em si mesmo, uma expressão tua — quer decidas usá-lo ou não. O simples facto de ainda pensares em usá-lo mostra que te sentes algo separada dele. Na verdade, estás a tentar integrá-lo, torná-lo parte de ti, mas ainda o sentes à parte. E agora decides usá-lo como ferramenta de expressão. Mas ele já é a expressão física daquilo que és. Tu és o teu corpo, em carne. Não penses: 'Já que o tenho, mais vale usá-lo.' É irónico que, tendo sido um ser sem corpo durante tanto tempo, tenha de ser eu a ensinar-vos a serem bondosos com os corpos que têm."

Helen comentou que as crianças pareciam compreender isto muito bem. Lembrou-se da sua filha de dois anos a cantar para o espelho: "Como sabes que estás aí? Porque estás dentro da tua pele!"

Larry comentou que vestir o corpo era um pouco como vestir uma camisa — que se podia tirar quando se quisesse. Seth respondeu:

"Isso é uma forma de tentar escapar à vossa condição física."

Rick perguntou por que razão queríamos escapar dessa condição. Seth devolveu a pergunta:

"Por que me perguntas? Por que queres tu escapar da tua fisicalidade? Deixo-te com essa."

A turma continuou a discussão. Rick partilhou a sua visão: não confiava no corpo, sentia que ele precisava de ser reprimido, controlado, vigiado. O desenvolvimento emocional e a perfeição pareciam sempre situar-se noutro plano.

Seth voltou: "Revisitem as antigas sessões e relembrem o que vos disse sobre a perfeição."

"E agora quero que façam algo. Fechem os olhos — ou mantenham-nos abertos, como preferirem. Mas quero que sintam dentro de vós a vida a acontecer. Sintam essa energia vital a fluir dentro de vós, a cantar para os vossos corpos e através da vossa fisicalidade. Pode ser difícil ouvirem a minha voz e ao mesmo tempo sentirem essa 'vivacidade', mas a minha voz pode servir como veículo para essa experiência interior, única para cada um de vós.

Mergulharam na fisicalidade ao nascerem. É isso que mantém os vossos olhos abertos, os lábios a sorrir, as pernas apoiadas na mesa, os olhos a piscar. Está sempre presente dentro de vós. É a essência do vosso ser. Mantém-vos vivos. Se não podem confiar naquilo que vos mantém vivos — (dirigindo-se a Rick) — então em que podem confiar? É isso que move os vossos dedos. É o saber que não sabe, que corre dentro de vós a cada momento, e no qual podem confiar acima de tudo. É o conhecimento não consciente do qual também podem tornar-se conscientes — é a vossa parte mais íntima.

Não vem dos outros. Não o encontrarão em livros, nem em conceitos ou preceitos. Vem da experiência íntima do vosso próprio ser. Quando estiverem sozinhos, sintam-no. Sigam-no com alegria e digam: 'Entrego-me à minha vida!' E com essa atitude, tudo o resto que precisam saber virá até vós."

"Agora, a minha saudação à nossa nova amiga aqui (Helen), e ao nosso velho amigo sentado tão discretamente ali no canto."

A turma discutiu o que Seth acabara de dizer e alguém comentou: "Pareceu-me uma experiência sumari, senti-te no meu corpo e na minha cabeça." Seth regressou: "Mais um pequeno ponto — para alguns de vós. Isto não é para a Florence. Nem para o Al. Nem para o Hugh. Nem para a Helen. Nem para a Eleanor. Porque esses sabem melhor. Mas é para alguns de vós. E para esses,

deixem-me dizer o seguinte — e fecharei os meus olhos santificados, para não revelar nenhum grande e perigoso segredo — longe de mim fazê-lo! (em tom irónico para Pete) É tudo em tom de brincadeira. Mas para alguns, é sempre divertido ter uma bengala por perto."

"A bengala pode ser erva, ou pode ser ácido. Mas diz-se: 'Só consigo experienciar plenamente a minha fisicalidade quando uso isto — caso contrário, incomoda-me. Com isto, posso "ligar-me" e sentir a realidade que me envolve, que sou eu, e que é o meu ser. Mas sinto-me seguro, porque sozinho não consigo. Não faz parte de mim. Preciso disto, ou daquilo, ou daquilo outro. Só então a magia acontece.'"

"Um esquilo está repleto de realidade e da alegria presente do seu ser. E nenhum de vós viu hoje um esquilo com uma seringa no alto de uma árvore. Ele também não precisa. Não precisa de peiote. Nem de ácido. Nem de erva. Porque ele é aquilo que é, e está pleno da alegria do seu ser — e não tem medo disso. E, ao saltar pelos ramos, também não tem medo de cair, porque confia no seu próprio ser. E sabe, sem a vossa bela intelectualidade, que tem um lugar neste Universo — que um lugar foi feito para ele — e que o seu ser é sagrado, alegre e vivo. Assim, para os que possam desviar-se tanto, estas palavras são para vós."

Se a religião te separa da alegria do teu ser, então é prejudicial. Se achas que precisas de uma religião específica para justificar a tua existência física, isso também é prejudicial. Se pensas que precisas de erva (ou outra substância) para o mesmo fim, então isso é igualmente prejudicial. Se acreditas que tens de justificar a tua existência através de qualquer meio, por qualquer razão, é porque ainda não compreendeste a espiritualidade alegre e lúdica da tua carne ou do teu próprio ser.

Helen comentou sobre o que Seth dissera: "Aparentemente, o Seth está a trabalhar com alguns dos jovens aqui. Ele disse, no essencial: 'Não se vê um esquilo no alto de uma árvore com uma seringa. Um esquilo não precisa de uma substância exterior para conhecer a sua própria alegria e existência.'"

Seth continuou: "Agora, parece que a parte anterior foi dirigida apenas aos mais jovens, porque os mais velhos não tinham acesso a ácido. Mas vós, mais velhos, também têm as vossas bengalas! Todos vós, como direi no meu próximo livro — publicidade à parte — lidam com ideias de bem e mal.

Julgam valores como culpa, riqueza, cor e raça. Alguns de vós consideram a pobreza um sinal de virtude, e a riqueza como um sinal de corrupção. Assim, quando veem alguém com dinheiro, assumem logo que não está espiritualmente alinhado, que há algo de errado, que explorou alguém, que é mau — é capitalista. Por outro lado, olham para alguém pobre como sendo automaticamente espiritual — o que pode ser apenas estupidez.

Para a próxima semana, dou-vos uma tarefa: quero que examinem as vossas crenças sobre o bem e o mal, em temas como saúde, riqueza e cor. Por exemplo: será o branco símbolo de pureza, e o preto de maldade? Será a saúde uma bênção de Deus, ou será a doença um sinal de entendimento espiritual, benéfica para a alma?

Será a riqueza um bem e sinal da bondade divina, ou será sinal de falta espiritual? Se acreditam que os pobres são virtuosos, terão vergonha da riqueza. Se acreditam que a riqueza é bondade, então sentirão vergonha da pobreza.

Se são liberais e ainda assim associam branco a pureza e preto a maldade, poderão encontrar-se em situações embaraçosas quando interagem com pessoas negras.

Cada um deve examinar estas crenças por si. Para vós, homens: será que, subconscientemente, associam o negro à homossexualidade? Aqueles entre vós que seguem psicologia — ou o fizeram — onde colocam as ideias de Jung sobre simbolismo de preto e branco relativamente à vossa própria sexualidade?

Se acreditam que as vossas crenças criam a realidade — e elas criam — então qual é a vossa atitude perante os pobres? Dirão: 'Eles criaram essa realidade. Azar.' Estas são as perguntas que quero que considerem.

(Dirigindo-se a Helen:) O que estás a observar no teu grupo não é espontaneidade verdadeira, mas uma libertação de actividade reprimida — demasiado frenética para ser espontânea. Terei mais a dizer-te sobre isso."

Helen perguntou se Seth se referia ao seu grupo de alunos em casa. Ele confirmou: "Refiro-me sim."

Após o intervalo, Barrie leu um ensaio auto-analítico intitulado "Crenças sobre Relacionamentos e Destinos Mistos". Seguiu-se uma discussão. Enquanto Helen falava, Seth voltou à conversa:

"Não quero limitar os preconceitos de ninguém — especialmente no que diz respeito ao sexo. O homem é humano. O seu desejo sexual está ligado ao amor, embora as normas culturais possam protegê-lo de reconhecer a capacidade do seu próprio amor. Na vossa sociedade, o amor é considerado uma característica feminina. Ai daquele homem que o demonstre! Amar não é masculino, é feminino — segundo o vosso modo de pensar.

Por isso, o homem projecta uma imagem de indiferença para esconder a vulnerabilidade do seu amor. Finge não ser humano, não ser criatura, certamente não ser feminino — mas sim masculino, o que, para ele, é 'melhor'. Muitas vezes, esconde o seu próprio amor até de si mesmo. Mas nenhum ser pode esconder o seu amor de si mesmo. E a maioria de vós aqui presentes — ou não estariam aqui — está consciente da natureza do vosso amor, independentemente do sexo.

Mas o homem não procura sexo indiscriminadamente, como se nada sentisse. No fundo, espera que, na sua busca e habilidade, possa conquistar amor — possa tocar verdadeiramente a sua condição de criatura.

Não se trata de moralidade (dirigindo-se a Barrie e Lena), mas sim de confusão de crenças, que persiste mesmo sabendo que o nosso Pan aqui (Larry D.) serve como catalisador. Vocês sabiam disso antes — como serviu de catalisador para muitos de vós, em muitos aspectos.

Agora, devolvo-vos à vossa situação presente, à alegria e à agonia dos vossos desejos!"

Após a discussão, o grupo Sumari apresentou uma canção que pareceu incluir Barrie, Lena e Larry D. Depois da música, Jane continuou a receber mensagens Sumari, que tentou traduzir para Lena e Barrie. Seth voltou-se para eles:

"Na vastidão do vosso ser e na alegria da vossa existência, tudo isto é parte da vossa vivência, sensação e conhecimento interior da vida. Escolheram este caminho por razões vossas. Criaram esta situação. E sabem, no fundo, que ela terá resolução.

Jogam convosco próprios porque parece que não sabem as respostas. Mas, se examinarem as vossas crenças conscientes, as resoluções tornar-se-ão óbvias.

Se a vida, por si só, não vos parece suficientemente excitante, então criais situações para vos ensinarem, divertirem e desafiarem. Nada disto é trágico. Está a servir, e já serviu, propósitos definidos por cada um de vós — por ti, Lena; por ti, Larry; por ti, Florence.

As questões de hoje aplicam-se a todos, à vossa maneira. Quanto do que fazeis é porque acham que 'devem' fazê-lo? Quanto da lealdade que oferecem é forçada por crença? E quanto de verdadeira lealdade existe que não compreendem?

São criaturas, sim, mas há diferenças entre vós e os animais. A vossa sexualidade pode levar-vos a dimensões que, nos vossos termos, os animais não conhecem. Alguns animais sentem, quase como vós, a natureza da sua mortalidade. Unem-se com uma espiritualidade biológica profunda — e vós também. Da vossa sexualidade pode nascer uma estrutura espiritual e biológica de afirmação tão poderosa que vos eleva para além da fisicalidade tal como a conhecem. E esse conhecimento está dentro de vós. Têm livre arbítrio. Podem criar esplendor sem fim ou perder-se em labirintos — e até esses labirintos são criativos. Através deles alcançam novos níveis de consciência, superando-os. Mas cada um de vós terá de encontrar o seu próprio caminho — o teu caminho, Barrie, e o teu caminho, Lena, têm de ser vossos. Não os dos outros!

Ou, como diz o nosso velho sábio Hugh ali ao fundo: 'Não podes ter o bolo e comê-lo também!'"

Seth voltou uma última vez: "Estou a dizer-vos que é possível fazer algo que os animais não podem fazer: atingir uma fusão singular entre sexualidade e espiritualidade. Nesse estado, uma nova forma de relação é estabelecida — onde sexo transcende o sexo, onde carne e espírito se fundem. E isso só pode ser alcançado através de foco intenso.

Alguns de vós podem estar a trabalhar noutras áreas em que isso ainda não se aplica. Mas, no leito da carne, a fisicalidade serve como plataforma de lançamento, onde carne e espírito se misturam, e intuições e sabedoria são

obtidas — e que, nos vossos termos e nesta vida, só podem ser atingidas assim. Isso não quer dizer que não existam outros caminhos — pois existem."

Durante a discussão animada que se seguiu aos comentários de Seth, ele interrompeu com a sua observação final da noite:

"A ideia nunca é que alguém se envolva cegamente com nada. Todos vós sois indivíduos. Agora, continuem!"

AULA DE PES 27 de Março de 1973

A aula começou com uma discussão sobre a sessão da semana anterior, e com Jane a ler parte do material que tinha recebido sobre as "Novas Aventuras da Superalma 7". Larry relatou uma experiência durante a semana anterior, na qual lhe pareceram emergir conteúdos de vidas passadas. Na altura, sentiu-se incapaz de lidar com isso. Hugh partilhou uma experiência semelhante e disse ter ficado fascinado. Outro participante contou que, enquanto conduzia, começou a ouvir novo material a surgir de dentro de si.

Seth interveio: "Boa noite a todos. E todos vós já sabem isto — o Ruburt já o disse, eu já o disse, e volto a repetir: nesta aula, cada um de vós abre os seus próprios caminhos à medida que avança. Estão a descobrir que esses caminhos são vossos, e cabe-vos a vós descodificá-los. Não haverá vozes douradas como a minha a dizer-vos: 'Isto significa isto, segue por ali', pois a vossa própria experiência irá desdobrar-se naturalmente. Aqui não há sistemas que vos suportem, nem sinais de orientação — a não ser os vossos próprios, pois são os únicos com verdadeiro significado."

"O nosso amigo aqui (Hugh) e o nosso amigo ali (George) fizeram comentários excelentes. E vós, que sois tão aventureiros de tantas formas, educadamente, neste caso, afastaram-se. Porque não havia bengala. Como acontece com drogas, é fácil dizer: 'Houve uma razão, mas não voltará a acontecer... a menos que eu volte a consumir.' Mas se a realidade não se mantém como esperam, mesmo sem drogas, então onde está o vosso apoio? É aí que sentem o suporte a vacilar."

"Isto aplica-se não só ao nosso amigo Pan aqui, mas a todos vós. Têm medo de que a experiência interior rompa a superfície dos vossos dias e vos deixe sem base — a não ser, claro, que possam usar alguma bengala para controlar

essa experiência. Não querem que nada aconteça fora do tempo, do lugar, do controlo. Mas cada um de vós verá a sua experiência surgir quando estiver pronto. Ela não surgirá antes disso. Vocês próprios pediram por ela, por isso não precisam de ter medo de que venha sem ser convidada."

"Ruburt leu há pouco trechos sobre o cérebro e as células nervosas. Terei algo a dizer sobre isso no meu livro. Mas saibam: sempre que voltam a vossa atenção, mesmo que brevemente, para outras realidades, estão a activar caminhos naturais. São caminhos criativos, abrem-se à carne — nos vossos termos — e são mais naturais do que o café que bebem. Fazem parte de vós. Desde cedo, aprendem a usar apenas um foco mental, por isso todos os outros parecem-vos estranhos — e assustam-vos. Mas representam caminhos disponíveis à condição de criatura, e caminhos que outras espécies também podem seguir."

"Deixo-vos com esse pensamento. Quero ver onde isso vos leva. E (para Larry) o Pan era parte criatura... e parte o quê? Responde-me mais tarde!"

Mike relatou a Jane o que Seth dissera e a discussão continuou. Seth voltou-se para Larry D.: "Pan era brincalhão. E ficaria bem em ti adotar um pouco dessa qualidade. Não sejas tão sombrio, nem faças um grande mistério de tudo. Aproveita! Continuas a pensar, à tua maneira, em grandes Segredos Ocultos que precisam de ser revelados. Se continuares assim, nunca ouvirás com alegria um pássaro a cantar — irás querer saber de onde veio o trinado, porquê, o que significa para ti, e ter as notas todas escritas antes de conseguires ouvir outro pássaro cantar. Isso não é forma de Pan se comportar — nem de nenhum Pan!"

A conversa evoluiu para o tema dos pensamentos a criarem realidades. Ron, um visitante, falou sobre a possibilidade de "preparar" alguém para um acidente apenas com o poder do pensamento. Seth respondeu:

"Alguém só terá um acidente se quiser ter um acidente. Nenhum de vós é tão fraco ou tão impotente que esteja à mercê dos pensamentos e desejos de outra pessoa. Já discutimos isto em aula. Mas, se tiverem as vossas próprias razões para desejar um acidente, então abrir-se-ão a essa sugestão e aproveitarão a oportunidade — não o contrário."

Ron esclareceu que se referia ao uso positivo do pensamento, não apenas ao negativo. Seth respondeu:

"O mesmo se aplica. Podem bombardear um amigo com pensamentos de boas intenções, alegria e energia — mas se ele se recusar a aceitá-los, isso é da sua responsabilidade e da sua realidade."

"O símbolo de Pan é importante para cada um de vós, e quero que pensem nisso. Está mais próximo de ti (Larry), mas quero que todos o considerem. E, especialmente, a nossa Senhora de Veneza — porque para ti, também há uma ligação. Agora devolvo-vos à vossa aula."

(Ao Rick:) "Assustam o universo, de facto! Mas basta ele chiar um pouco, e todos fogem a correr!"

A conversa passou então para o tema do auto-sacrifício. Se querem ajudar alguém, fazem o que podem. Se essa pessoa não quiser ser ajudada, não será. A melhor forma de ajudarem o mundo é cumprindo-se a vós próprios, e não negando-vos. E isso aplica-se a todos os níveis da realidade.

Seth, com um sorriso, acrescentou:

"Sabem que gosto de usar analogias simples. Não há flor no mundo suficientemente tola para pensar que ajuda as outras cortando a sua própria cabeça. Ela contribui para o mundo ao ser o que é, ao usar as suas capacidades, ao usufruir da alegria de existir — algo que os outros percebem, interpretam e de que se alimentam."

"Pensamentos de auto-sacrifício levam-vos por um caminho perigoso, porque podem levar-vos a acreditar, como alguns dos mais antigos aqui já ouviram, que há virtude em ter um ar triste, que o martírio é desejável, que há algo de errado com o Eu, e que algo se ganha ao desistir dele."

"Mas, em primeiro lugar, não podem realmente sacrificar o vosso Eu. E se pensarem que o fazem, ou que o fizeram, então estão em apuros. Como disse, de forma diferente, o nosso encantador Superalma Sete: 'Podem passar uma vida inteira à procura do Eu que pensam ter abandonado ou perdido.'"

"Vós é que sois as criaturas, tão vivas, e eu — supostamente — sou um velho espírito fantasmagórico, antigo e decrépito, a falar através dos séculos. Deviam ser vocês a lembrar-me da alegria de ser criatura, não o contrário!"

Alguém perguntou: "O que correu mal, então?" Seth respondeu, com humor: "Não disse que algo correu mal. Disse que as coisas simplesmente aconteceram!"

A conversa prosseguiu no tema do auto-sacrifício. Wade falou sobre o sacrifício de Cristo. Seth foi claro:

"Cristo não foi crucificado. Pelo menos, não como os cristãos acreditam."

"De acordo com a visão cristã, quando morrem e vão para o céu, terão de adorar Deus por toda a eternidade. Mas vocês são indivíduos! Isso soa... muito aborrecido. Já em muitas culturas indígenas, nem sequer são considerados indivíduos — e, no supremo auto-sacrifício, perdem a individualidade numa bem-aventurança sem mente. Isso também é uma distorção. Por isso, quando pensarem nas distorções, lembrem-se que até as religiões exaltadas, que parecem tão misteriosas, carregam as suas próprias distorções."

Contaram-vos muitas histórias — mas também foram vocês que criaram muitas delas. Todas representam níveis da vossa própria consciência, nos vossos termos, num contexto histórico. A consciência emergente — mais uma vez, apenas nos vossos termos — precisava de sentir o apoio daquilo de onde viera, e por isso criou histórias e narrativas, assegurando-se de que podia, de facto, regressar, e que não teria sempre de criar e evoluir sem retorno.

A conversa seguiu na direção da religião. Florence comentou que alguns dos maiores avanços da humanidade foram feitos em nome da religião. Seth interveio:

"A Inquisição é um exemplo. As Cruzadas, outro! Os missionários que destruíram culturas nativas — mais um! Os espanhóis a aniquilar civilizações inteiras — outro ainda! Agora, a arte é uma coisa diferente. Mas foi a arte que usou a religião, e não a religião que usou a arte.

Não estou a condenar os sentimentos que dão origem à religião. Estou a dizer-vos que as organizações religiosas destroem a intuição, porque cada revelação é uma realidade. Não é a única realidade, mas as instituições constroem cercas em torno dela e dizem: 'Segue estas regras. Estas é que são certas.' E estão tão convencidas da sua verdade que chegam a matar para a preservar. E isso é errado!

Os fins não justificam os meios. As criaturas possuem uma sanidade maior do que essa, e há uma sabedoria e uma religião na carne que desconheceis — e que é estranha às vossas filosofias. O barro é mais sagrado do que filosofias que ensinam a matar e a morrer para proteger uma suposta verdade!

Agora, falo com a Florence, mas também com cada um de vós que acredita possuir a verdade. E falo com Florence apenas porque ela se esforça tanto por procurar a verdade e fazer perguntas que, no fundo, todos vós também fazem.

Uma mosca é mais sagrada do que um Papa que causou mortes — ou do que um guru que vos açoita para que compreendam a vossa culpa. E falo, sim, com justa indignação em nome de todas as criaturas — pois já fui criatura muitas vezes.

A nossa Senhora de Veneza fala com grande sinceridade e levanta questões importantes. Por isso, minha cara Senhora de Veneza, não sintas que estás a desempenhar o papel de 'vilã' na aula. Não penses que te colocas numa posição em que os outros olham e se perguntam porque questionas — pois as perguntas também são deles, embora exprimam essas inquietações de outras formas. Para muitos aqui, o cristianismo não tem o mesmo significado que tem para ti. Um Buda sobre a mesa de café é muito mais 'aceite' do que um Cristo a chorar na parede. Mas os símbolos são os mesmos, e significam o mesmo. Um é 'in', o outro é 'out', mas a imagem é igual."

Na discussão que se seguiu, Florence disse sentir que havia pessoas sinceras nas suas práticas religiosas. Seth respondeu imediatamente:

"Então não atribuas à religião os méritos de todos esses grandes efeitos."

Florence contrapôs: "Assim como foram feitas coisas erradas em nome da religião, também houve coisas boas."

Seth respondeu: "Ambas vieram do indivíduo. Mas nenhum homem mata acreditando que está errado. Ele sente-se justificado — por causa das suas crenças."

Depois de uma breve pausa e intervalo, a conversa retomou-se em torno da culpa — e da culpa natural. Maris, uma visitante, falou sobre como os seres humanos usam apenas uma pequena parte do cérebro ou da mente. Seth voltou:

"Agora, todos vós tendes uma mente consciente — como bem sabeis. Os 'níveis' de consciência são bastante artificiais. Representam porções da vossa própria consciência que estão perfeitamente disponíveis. Mas enquanto acreditarem que não estão acessíveis, dar-lhes-ão outros nomes e inventarão métodos para aceder a elas. Essas capacidades estão diante de vós. Só precisam de mudar o foco da vossa atenção."

"Agora — estamos a falar nos vossos termos, lembrem-se — mas, nos vossos termos, teremos uma canção Sumari ao contrário, porque acreditam que o tempo vai para a frente... e para trás. E que, para perceber o que chamam vidas passadas, têm de ir para trás. Por isso, dar-vos-emos uma canção Sumari ao contrário."

AULA DE PES 3 de Abril de 1973

Jane partilhou uma experiência que tivera na segunda-feira, dia 2, e leu para a turma parte do material que escreveu como resultado. Disse que tinha lido trechos de ensaios de Emerson antes dessa experiência, e sentiu uma ligação entre os textos, a experiência, e material anterior sobre os "Speakers" (Oradores). Enquanto a turma discutia o tema, Seth entrou (após longa canção Sumari).

Don comentou sobre observar uma paisagem e sentir que algo se desdobrava, percebendo que não estava sozinho e experimentando um bem-estar profundo.
Seth respondeu:

"O nosso amigo finalmente aceitou a sua própria 'natureza de Speaker'. E cada um de vós também o é. Eu sou um Speaker antigo. Mas todos os Speakers antigos têm de ser novos Speakers — tal como as folhas mudam com o tempo, com o vento que sopra através das estações. E cada um de vós

fala sem saber que fala. Falam as folhas para a existência. Fazem as montanhas crescer. Falam sem perceber que falam. E, ao falarem assim por vós, falam por aqueles que, nos vossos termos, não têm língua.

Mas a verdadeira fala não precisa de língua, e o verdadeiro som não conhece vogais ou sílabas. E ainda assim, devem sempre falar, pois devem tentar expressar o inexprimível. E assim trazem para a vossa realidade aquilo que não podem segurar — e tentam tocar o intocável. E, ainda assim, é nesse esforço que se aproximam daquilo que, por natureza, não podem alcançar. E não podem alcançá-lo... porque são aquilo que estão a tentar alcançar.

E cada um de vós, à sua maneira, é um Speaker.

Há algum tempo, o nosso querido amigo Ruburt teria ficado desconfortável com o que vou dizer. Mas desde ontem, as suas ideias mudaram. Por isso, direi: existem, sim, em certos termos, 'deuses da Terra'. Mas têm pouca semelhança com o que os nossos jovens aqui (Rick e Larry D.) foram ensinados a acreditar. E, apenas nos vossos termos, usando a palavra 'futuro', então, no futuro, sereis deuses da Terra. Noutra linguagem, a semente de uma macieira é um deus da Terra. E, se forem verdadeiramente inteligentes — e não apenas intelectualmente brilhantes — ouvirão a voz da semente. E se forem quietos, e corajosos, e forem Speakers, então tentarão cantar a canção da semente. E, ao fazê-lo, falarão por aqueles que, nos vossos termos, não têm voz — mas que possuem um conhecimento além da necessidade de sílabas.

E falarão da magia do vosso próprio ser. E quando uso a palavra 'magia', quero que compreendam como é usada, pois também nisso vos foi ensinado que se trata de um segredo. E dentro do ser que pensam ser, e para além do ser que pensam ser, existe um ser maior do qual fazem parte. Isso não é segredo — a não ser que tenham sido ensinados a acreditar que é.

Os segredos são públicos. A magia é pública. E é vossa. Mas como não é 'vista', parece secreta.

Não sabeis como usar as vossas vidas físicas. Fecham-se à beleza que vos rodeia, dizendo: 'Tenho de ver com os olhos interiores.' Mas são os vossos olhos interiores que dão visão aos olhos exteriores — e são vocês que criam aquilo que veem.

E a magia da vossa própria realidade — embora sempre inexprimível — deve ser expressa por vós, tanto quanto conseguirem. Falais não apenas com palavras, mas com a magia do vosso ser."

AULA DE PES 10 de Abril de 1973

Entre nós, agora, minha querida Marianne, parece haver uma distância de espaço, com o nosso novo amigo sentado entre nós. Isso parece, para ti, uma enorme separação, pois falo agora através de Ruburt, enquanto tu estás sentada sozinha, com a cabeça apoiada nas mãos. E, no entanto, tu és uma *Speaker*, tal como cada um de vós é. O espaço entre estas duas imagens físicas parece vazio apenas porque não falais o que está entre nós. Não ouvis o que está entre nós. Pensais que existe um vazio.

Na verdade, entre esta imagem física e aquela, existem mundos. Enfrentamo-nos não só através dos séculos, mas através de realidades que não compreendeis — mundos que existem agora, à frente de todos vós, mas que não percebem. E esses mundos existem também entre cada um de vós. Só admitis como real aquilo que percebem no espaço, mas muito mais existe além disso. Por isso, os *Speakers* falam — e, ao falar, tentam nomear o que não pode ser nomeado, dar voz ao que não necessita de linguagem, mas que deve ser compreendido no vosso mundo.

O som da minha voz é real, não só nos termos em que o ouvem ou na impressão que deixa no ar, mas também em termos de realidades que não percebem conscientemente. Há alterações vibratórias na sala, por exemplo. E há também alterações no vosso próprio sistema nervoso, em resposta à realidade desses sons. E esses sons vêm de vós, como vêm de mim. Essa energia vem de vós. Essa vitalidade vem de vós. Essa vida vem de vós. E é triunfante, e pertence a cada um de vós. E, quando Ruburt fala por mim, fala também por vós. Ele toma sobre si a vossa vitalidade, a vossa energia, os vossos problemas e a vossa realidade — tal como vós, nos vossos próprios termos, também o fazeis por outros.

Agora, diz-lhe o que eu disse — depois de o decifrares — entre esses mundos!

Na conversa que se seguiu, Deena perguntou se aquilo que Seth dissera queria dizer que todos nós, na aula, éramos *Speakers*, ou se todas as pessoas o eram. Seth respondeu:

"Todos são *Speakers*, pois falam-se a si mesmos para dentro da vida, em termos que não imaginam. E, em termos que não compreendem ainda, a criação do vosso mundo começou com uma palavra — mas não da forma como supõem."

Mais tarde, a aula revisitou textos de Emerson sugeridos por Jane. Paula leu um parágrafo de "A Superalma" e deu a sua interpretação. Seth entrou novamente na conversa:

"Agora, ajoelhai-vos... Há várias formas de dizer as coisas, e os *Speakers* esforçam-se por ser claros, e muitas vezes exageram para reforçar um ponto. Mas, neste caso particular, é fácil chegar a uma interpretação distorcida — a de que há algo de errado com a vossa humanidade essencial, e que o indivíduo que come e bebe deve ser desprezado em favor do espírito interior.

Emerson não quis dizer isso. Mas é fácil interpretar mal.

Vocês são a alma em carne, e não podem separar uma da outra. A alma está na vossa comida, na vossa bebida, no vosso pensamento e até nas pontas do vosso cabelo. Não há divisão enquanto viverem. A vossa comida e bebida são tão sagradas quanto os vossos pensamentos — e tão profanas quanto eles."

Seth não voltou a comentar até ao final da sessão, quando os *Sumari* surgiram com uma "Canção da Liberdade".

AULA DE PES 17 de Abril de 1973

A sessão abriu com Jane a ler uma nova passagem do livro "A Educação Adicional da Superalma 7". A discussão evoluiu para o tema das crenças, com Jane a partilhar trechos do novo material que estava a receber para o livro seguinte de Seth. Seth entrou com jovialidade:

"Agora, vocês são, à vossa maneira, um grupo especial — no vosso próprio caminho! É verdade que todos os grupos o são, mas mesmo assim... são um grupo especial.

Não é fácil, nos vossos termos, trabalhar convosco próprios. É muito mais fácil culpar qualquer outra coisa pela parte 'negativa' da vossa experiência do que a vós próprios. É mais fácil atribuir a responsabilidade da vossa existência a agentes exteriores. Mas todos vós esforçam-se demasiado porque ainda não compreendem que, no vosso contexto de vida, há sempre desafio e oportunidade.

As situações do corpo têm o seu significado. O Eu fala com o Eu. Pensam sempre na doença como algo negativo, errado, mau, maligno. Tal como associam a luz ao bem e a escuridão ao mal, o branco à pureza e o negro ao pecado. No meu livro, menciono: se fores negro e acreditares que o negro é mau, estás em má posição — e é melhor mudares essa crença. Se há dor em ti e acreditas que a dor é maligna, também estás em má posição — e deves mudar as tuas crenças.

No vosso quadro de referência, como já vos disse repetidamente, são as vossas crenças que formam a realidade. A cada momento, aceitam as vossas crenças como se fossem realidade — e, por isso, elas funcionam para cada um de vós. E os olhos do vosso deus africano, de facto, arderão!

Se conseguirem suspender, mesmo por um instante, a crença de que as vossas crenças são realidade, poderão sentir as vossas crenças a formarem a realidade que conhecem — a expandirem-se a partir de vós e a atrair para a vossa experiência a vida íntima do dia-a-dia. Se acreditam que devem comer certos alimentos, então é melhor que os comam. Se acreditam que o fumo vos faz mal, é melhor evitá-lo. Se acreditam que as injeções vos salvam, então elas vos salvarão. Mas, em todos os casos — cura ou doença, alegria ou dor, pobreza ou riqueza — são as vossas crenças que criam a vossa realidade.

(Aqui, Seth sugeriu que o grupo interrompesse a gravação e lesse os três parágrafos seguintes em conjunto, fazendo o exercício que propôs.)

"Proponho-vos um exercício. Cada um deve fazê-lo por si. É um dos mais difíceis que já sugeri. Mas, para funcionar, devem compreender bem as suas bases. Têm de perceber, em primeiro lugar, que a vossa realidade privada é apenas uma de inúmeras realidades prováveis. Estão a experienciar uma entre muitas. Agora, devido à vossa estrutura neurológica, só conseguem perceber fisicamente um número muito limitado de eventos de cada vez. Por

isso, a partir de possibilidades infinitas, escolhem aquelas que percebem como realidade física — em termos de tempo e espaço.

Parece-vos, ao ouvirem-me, que a realidade que conhecem é a 'realidade sólida', e que todas as outras são apenas 'possibilidades'. Mas, na verdade, estão a viver e a perceber apenas uma de muitas realidades prováveis. Precisam de aceitar isso, ou o exercício não funcionará. Se insistirem em ver a vossa realidade actual como a única verdadeira e tudo o resto como 'hipotético', o exercício falhará. Primeiro, compreendam: estão a viver uma realidade entre muitas."

Exercício para Mudar a Realidade

Neste ponto, Rich tentou fazer uma pergunta a Seth, mas ele ergueu a mão para o impedir e continuou:
"Esperem! Este exercício é valioso demais — tenho de continuar!"

"Agora, cada um de vós deve escolher uma área da vossa vida com a qual não estejam satisfeitos, nos vossos próprios termos. Pensem nela. Mas não a encarem como uma realidade fixa, imutável — vejam-na como uma entre muitas realidades prováveis que atraíram para a vossa experiência devido às vossas crenças.

Mantenham na vossa mente a ideia de que existem outras realidades prováveis *nesta mesma área*, que podem, com a mesma facilidade, atrair para a vossa realidade física. E que podem experimentar essa nova realidade de forma biológica, prática e íntima no vosso dia-a-dia.

Durante cinco minutos por dia — *não mais* — imaginem que, através das vossas crenças, estão a atrair essa realidade alternativa para a vossa vida. Mas, durante esses cinco minutos, têm de mudar a vossa crença naquela área. Têm de perceber que é a vossa crença que atrai a realidade. Portanto, só por cinco minutos, mudem a crença. Se fizerem isso com consistência, verão essa realidade a mudar."

Rich disse que a sua pergunta já tinha sido respondida. Mike então perguntou: "Porque apenas cinco minutos, Seth?"

"Porque, se for durante mais tempo, vão complicar tudo. Começarão a comparar o que querem com o que têm. Vão começar a pensar que estão a

tentar mudar uma 'realidade sólida' para outra coisa. Estão hipnotizados por uma ideia fixa. Cinco minutos são suficientes. Nem sequer pensem nisto fora desse tempo."

Jane pediu a Reese que repetisse o que Seth acabara de dizer. Ao começar, Seth voltou:

"Começaste bem. Deixa-me acrescentar algo que pode ajudar. Tomemos Al como exemplo: ele acredita que os seus olhos lacrimejam quando está exactamente a 7 °C. Ele acredita que isso é realidade. Mas isso não é realidade absoluta — é uma *realidade experienciada*, porque ele acredita que, perante certas condições, aquilo acontecerá.

Cada um de vós, à sua maneira, reage a diferentes situações. Cabe-vos perceber como isso se manifesta nas vossas próprias vidas. Mas essa reacção não é a única possível — é apenas uma reacção provável que escolheram. Enquanto acreditarem que essa reacção é mais real do que qualquer outra, ficarão presos a ela. Se conseguirem vê-la como uma reacção escolhida entre muitas, e se puderem reconhecer uma reacção oposta como igualmente válida, então libertam-se. E isso aplica-se a todos vós."

A discussão prosseguiu. Cindy levantou uma questão hipotética sobre duas pessoas e como as suas interacções seriam moldadas pelas crenças de cada uma. Jane comentou que muitas outras crenças poderiam intervir — "não compliquem!" Seth voltou:

"Não há escapatória. Vós *criais* a vossa realidade. Sois responsáveis pelo que há de bom na vossa vida, pelas vossas conquistas, pela vossa alegria, até pelos vossos bocejos. Quando vos digo que criam a vossa experiência, tendem logo a pensar que só estão a criar os vossos problemas. Dêem crédito a vós próprios! Também criam as alegrias e os momentos felizes. Assumem que, por criarem a vossa realidade, são responsáveis apenas pelos aspectos negativos da vossa vida. Mas, se olharem para as áreas com que estão satisfeitos e aplicarem as mesmas crenças de sucesso às áreas problemáticas, verão que também aí são vós que moldam a vossa experiência. E o sentimento de realização pode espalhar-se de uma área para outra.

Vós criais a vossa experiência. Criam o passado, o presente e o futuro. São responsáveis por cada momento, individualmente e em grupo. Em conjunto, as vossas crenças moldam as condições do mundo. Individualmente, moldam a vossa vida íntima.

Como já vos disse antes, foram-vos dados os dons dos deuses. As vossas crenças tornam-se realidade. Aquilo em que acreditam *é* — e torna-se real na vossa experiência. Não há outra resposta. Não há área da vossa vida a que isso não se aplique."

"Se são jovens e estão zangados com os vossos pais ou com o vosso passado, saibam que ajudaram a formar esse passado. Se são mais velhos e olham para trás e não gostam de algumas escolhas, lembrem-se: foram vocês que as criaram. Não podem culpar as circunstâncias, seja qual for a vossa idade. Não podem culpar os vossos pais, nem os vossos filhos. Vocês criam a vossa realidade. E a energia de cura está dentro de vós, *sempre*."

(Seth dirigindo-se a Deena:)
"Como curadora, ensinas as pessoas a reconhecerem o enorme potencial de cura que há nelas. Se usam sistemas de crença, ensinas-lhes que esses sistemas são ferramentas — mas a capacidade de cura está dentro de cada um, é isso que os mantém vivos."

Deena comentou:
"Então pouco importa o sistema que se escolha."

"Pode importar para o indivíduo. Seja qual for o sistema que escolherem, encontrarão outros que também acreditam nele. O vosso papel é guiá-los para além do sistema — *sem os impedir de o usar*, se ainda precisarem dele."

Rich interveio:
"Então, uma vez que se entende isto, ensinar alguém a depender de coisas externas parece uma ilusão, até um engano..."

Seth respondeu com humor:
"Sim, de facto!"

Rich continuou:
"Então, nesse contexto, ao procurar o que quero fazer com a minha vida, parece-me lógico procurar algo que *não* prenda as pessoas a uma estrutura

externa — algo em que eu possa, de alguma forma, ajudar a semear liberdade."

"Isso é uma excelente crença."

(Com humor, referindo-se a George sentado sobre o radiador:)
"E agora, com a aquiescência bem-humorada do nosso amigo ali sentado, gostava que soubessem: *NÃO HÁ NADA DE ERRADO COM OS PULMÕES DE RUBURT.* E, mais uma vez, as crenças funcionam. Agora, devolvo-vos à vossa sala EN-FU-MA-DA."

Após a pausa e discussão anterior, a conversa passou para o tema dos nomes das entidades. Durante essa discussão, Seth voltou:

"Escutem-se a vós próprios e perguntem: *qual é o vosso nome?*
Se estivessem sozinhos no meio do universo, rodeados de escuridão, e uma voz surgisse do éter e perguntasse: 'Qual é o teu nome?', o que responderiam? Por isso, pergunto: *qual é o vosso nome, cada um de vós?*

O meu nome é sem nome. Não tenho nome. Dou-vos o nome de Seth porque é um nome, e vocês querem nomes. Vocês dão nomes a vós próprios e escolheram nomes porque acreditam que os nomes são importantes.

A vossa existência é sem nome. Não é sem voz — mas é sem nome.
Os nomes que usam são estruturas onde penduram a vossa imagem. Daqui a mil anos, o que significarão esses nomes? E mil anos antes deste momento, o que significavam? Que relação têm com a vossa experiência? Vocês *são* aquilo que *são*, e o que são não tem nome. Aquilo que são não pode ser pronunciado. Nenhuma letra ou alfabeto o pode conter.

Ainda assim, agora precisam de palavras, letras, nomes e objectos. Querem uma 'magia' que vos diga quem são."

Deena dirigiu-se a Seth: "Posso fazer uma pergunta?"
Seth, jovialmente: "Podes, sim. Eu posso não responder, mas tu podes perguntar."

Quando Deena começou a formular a sua questão, Seth interrompeu-a com leveza, pegando no copo de Jane: "Estou a beber o vinho do Ruburt. Não é tão bom como conhaque, mas um pedinte não escolhe."

Deena continuou: "A questão é: se aceitamos nomes porque achamos que precisamos deles, parece que algumas pessoas têm nomes masculinos e outras femininos. Mas eu pensava que, noutros níveis, não havia realmente masculino nem feminino. Então porquê...?"

Seth respondeu: "Porque isso encaixa com as vossas crenças."

Deena retorquiu: "Mas isso significa que, realmente, não existe essa divisão."

Seth disse: "Isto foi uma afirmação."

Deena respondeu:" Foi uma pergunta."

Seth explicou: "Masculino e feminino são *focos biológicos* através dos quais experimentam o que chamam realidade física. São focos — tal como uma luz pode ser um foco."

Deena perguntou ainda: "Mas no que toca a nomes de entidades, se isso vai além da realidade física, porque haveria nomes masculinos ou femininos?"

Seth respondeu: "Porque os nomes de entidades ainda estão ligados à vossa crença de que precisam de nomes. Acreditam que não podem falar comigo se eu não tiver um nome. Por isso, eu sou 'Seth'."

Rick perguntou: "É essa uma crença da entidade ou nossa?"

Seth: "Vossa."

Paula perguntou: "Seth, porque te representas como masculino?"

"Porque foi a forma mais fácil de essa energia — uma energia antiga — ser compreendida dentro do enquadramento que vocês e outros podiam aceitar. Sumari, por exemplo, é o outro lado da mesma moeda. Tudo tem de ser considerado em conjunto. Cada um de vocês tem muitos aspectos. Ruburt funciona como uma janela transparente para outras realidades, mais eficazmente do que vós, por causa de treino — nesta vida e noutras — e devido a uma teimosia requintada."

"Cada um de vós está a fazer o seu próprio caminho. E todos vós sois sem nome. Isso não significa que não tenham identidade — apenas que o nome

nada tem a ver com a vossa identidade. Os nomes das entidades são um meio, uma paragem ao longo dos níveis de crença que podem utilizar.

Disse a Ruburt desde as primeiras sessões que ele podia chamar-me Seth. Nunca disse: 'O meu nome é Seth.' Pois não tenho nome. Tive demasiadas identidades para me apegar a um nome só."

"Mas vocês acham que os vossos nomes vos definem. Têm medo de se afastar deles. Pensam que a vossa existência física vos define. Pensam que o momento vos define. Pensam que as vossas *crenças* vos definem."

"Se forem rápidos, intuitivos e corajosos — e se, numa noite propícia, ouvirem a minha voz com a disposição certa — então podem seguir-se a vós mesmos até ao coração de quem são, usando a minha voz como estrada ou veículo."

"Ruburt é uma criatura. Vocês são criaturas. Cada um de vós, à sua maneira, habita a mesma energia e o mesmo conhecimento. O *presente* é o vosso ponto de poder. Se atribuírem poder ao passado, então esse poder permanece lá por causa das vossas crenças. O presente é o momento em que focam a vossa consciência — e é através dele que influenciam, *nos vossos termos*, tanto o passado como o futuro. Se pensarem no passado como demasiado pesado, e em vós como impotentes no presente, então, por crença, tornam-se vítimas do passado, e por consequência do presente e do futuro."

"Mas se sentirem a vossa consciência viva e desperta *neste momento*, e compreenderem que o *agora* é o vosso ponto de poder, então verão quem realmente são: os criadores da vossa experiência individual — e os criadores do mundo que conhecem."

Exercício sugerido por Seth:

"Por um momento, fechem ou abram os olhos, como preferirem.
Sintam-se, *agora*, no auge do vosso poder de acção. A partir deste ponto, influenciam e moldam o vosso presente, o vosso passado e o vosso futuro.

Este é o vosso momento de poder — tal como cada momento é.
Este, o momento presente, é o vosso ponto de acção, de onde influenciam toda a vossa experiência.

Deixem que esse conhecimento vos guie: vós, que sois sem nome, que não precisam de nomes, mas que agora vivem numa realidade tridimensional — sem nome, como sempre foram, mesmo que se dêem nomes.

Vocês não são os nomes. Não precisam dos nomes. Tal como eu não preciso do nome. Sintam este momento da realidade presente como o vosso ponto de acção, a partir do qual influenciam cada momento da vossa existência. E assim, não se sentirão diminuídos pelo passado, nem à mercê de um futuro que não compreendem."

"Agora, nos vossos termos, eu sou antigo. Mas, também nos vossos termos, *vós também sois antigos*.

Se estivessem verdadeiramente vivos e perceptivos, e saíssem desta casa com todas as vossas capacidades plenamente activas, e apanhassem uma folha seca, caída do ano passado, flutuando na relva — e a apanhassem, compreendessem e sentissem a sua realidade, e ouvissem o que ela diz — então ouviriam a minha voz. Porque a minha voz *é* a voz da folha."

AULA DE PES 24 de abril de 1973

Após uma discussão sobre a aula da semana passada, Jane leu uma parte do Capítulo 15 do novo livro de Seth. O tema abordado tratava do "Ponto de Poder", introduzido na aula anterior. A partir daí, a discussão em aula evoluiu para a questão: o que é a realidade? Seth entrou na conversa:

"Desejo-vos uma boa noite, e vejo que é mais uma noite rica! E trago apenas alguns comentários bem-humorados — brincalhões! Vocês são como cães a perseguirem a própria cauda. Agarrem-se a vós próprios! Segurem-se com força para verem o que são! Procuram fora de vós uma realidade objetiva que vos sustente! Mas não precisam disso. Vocês são a realidade. A resposta está nos vossos olhos quando olham para mim, mas olham para mim e não através dos vossos olhos. E, no milagre da visão, nos vossos próprios olhos, silenciosos, está a resposta — está a realidade que se conhece a si própria.

Os olhos dos animais são suaves e maravilhosos. Eles observam o universo, mas não o veem como vocês. Será o mundo deles menos real? Eles não percebem uma mesa como vocês. Será então a mesa irreal no mundo deles, e real no vosso? Eles não compreendem os vossos pensamentos. Serão então

os vossos pensamentos irreais no mundo deles? Não existirão, então? Terão sido aniquilados?

Mas vocês também não compreendem os pensamentos dos animais, que são coisas muito diferentes — embora, no vosso mundo, pareçam não existir. O que é, e o que não é, realidade fundamental? De que matéria são feitos cada um de vós? O que há dentro de vós que desconhecem, que tentam alcançar e não conseguem? É a natureza volátil da vossa própria realidade, do vosso ser, da vossa criatividade e alegria, para a qual aspiram mesmo quando já a possuem — no olhar da vossa vida.

Devem compreender, se puderem, como os termos são utilizados e como, no fim, se tornam inúteis. No vosso vocabulário, uma alucinação é algo que não existe, quando comparado com o que consideram realidade objetiva. Se um homem vê um elefante cor-de-rosa, dizem: "Ah, está a alucinar", ou "Está bêbedo!", e, "Esse elefante não existe." Mas se 15.000 pessoas neste mundo virem um elefante cor-de-rosa no cimo de uma montanha, então terão um deus-elefante — ou que se dane! Se toda a gente neste mundo experienciar uma realidade física, então é realidade.

Em outros níveis de realidade, dizem: "Aqui estão todas estas pessoas a alucinar uma realidade, e pensam que veem árvores, pássaros e pessoas." E depois, olham mais de perto e dizem: "O deus que existe sou eu." E aquele que está sentado aqui pergunta: "O que é a realidade objetiva?" E outro que contempla esta visão estranha, tão real quanto a realidade que conhece, diz: "Todo o ser é realidade, e eu crio-a." Assim, cada um de vós cria a sua própria realidade, e distingui-las — e tentar apontar uma como verdadeira e outra como falsa — é como perguntar: "Está certo o número um e errado o número dois?", ou, "Será um gato irreal só porque existe um cão?"

Agora, deixo-vos a refletir sobre estas observações brincalhonas, e vou ouvir-vos."

A pedido de Jane, Wade começou a repetir o que Seth dissera. Seth interrompeu:

"Agora, não percebeste o meu humor naquele momento, como a gravação irá mostrar! Estava a dizer com humor que se agarrem a vós próprios para

verem o que são — no sentido de que é isso que fazem constantemente!" (FALHA NA GRAVAÇÃO NESTE PONTO)

Seguiu-se uma discussão sobre os comentários de Seth. Jane pediu aos três convidados que fizessem algum comentário. Bill disse que não tinha nada específico, mas que os três tinham vindo a discutir este tipo de temas e estavam a tentar encontrar uma direção. Jane esclareceu de forma bastante direta: "NÃO HÁ ABSOLUTAMENTE NADA QUE ACONTEÇA A VOCÊS QUE NÃO TENHAM CRIADO." Bill comentou que se apercebia de que ainda teria "mais trinta ou quarenta anos de vida" e estava a ponderar qual o caminho a seguir. Seth regressou:

"A primeira coisa que podes fazer é parar de pensar em termos de ter mais trinta ou quarenta anos pela frente! Isso ajudará imensamente de imediato. E os três podem tentar esquecer a ideia de que estão nesta vida com um determinado número de anos passados e por vir, e com tanto trabalho árduo a fazer — uma mentalidade que só dificulta o entendimento. O livro que estou a escrever vai ajudar-vos, mas também podem ajudar-se a vós próprios. Agora, deem-nos um momento... As respostas estão dentro de vós, como todos sabem e como já disse. Mas, as respostas não podem ser ditas. Cada uma das vossas perguntas é diferente. Cada uma das vossas realidades é diferente. Por isso, lembrem-se: as respostas não podem, em essência, ser colocadas em palavras. E agora, dêem-nos um momento e escutem um gongo — uma canção Sumari — uma canção de 'Perguntas Não Feitas'."

(SUMARI — muito bela — curta — 2 minutos)

Seguiu-se a canção Sumari. Depois, a discussão em aula prosseguiu com os comentários anteriores de Seth, a canção e muitos outros temas. Marjorie falou sobre "civilizações antigas ou vidas inferiores" e o seu desenvolvimento. Seth regressou:

"Agora, todos vocês sabem, com o melhor dos humores, o que se segue. E é, novamente, para cada um de vós, pois à sua maneira (Marjorie), ela coloca perguntas que pertencem a cada um. Pois todos vós, à vossa maneira, tendes a tendência de negar — a alegria, a integridade e a espiritualidade da vossa condição física, e procuram uma realidade mais pura, mais elevada, mais verdadeira — e assim negam a beleza do que são, do momento que vos

pertence na carne, e da realidade que criam — a alegria das vossas próprias células e moléculas que cantam gloriosamente através de vós agora!

O que há de grosseiro na vossa carne, ou nas estações do ano que a atravessam e percorrem a Terra? Onde há maior exaltação, ou um fogo mais refinado, do que aquilo que vocês são? E o que está dentro de vós? A partir disso formam todas as vossas realidades, todos os vossos mundos. Procuram horizontes pálidos onde são espírito sem forma. Se o espírito não quisesse forma, não a teria assumido. Não a criaria diariamente à vossa imagem, por desejo vosso. Não estremeceria nas vossas pontas dos dedos, nem voaria pelos canais dos vossos ossos. A vossa fisicalidade é a vossa divindade e sabedoria, pois é através dela que a vossa divindade se expressa.

Estão acordados aqueles que julgam estar a sonhar. Estão a sonhar aqueles que julgam estar acordados. Porque os termos não têm sentido. Criam o vosso amanhã a partir do vosso desejo, tal como moldam o vosso presente e o vosso passado. A vossa consciência instintiva é um deus dentro de vós a rir-se, por isso rejubilem! Quando os deuses não precisarem de intestinos, deixarão de os criar. Quando deixarem de gostar do vosso sorriso, não terão mais lábios, e os deuses ficarão mais tristes — e vocês também!

Na vossa experiência presente está a alegria do vosso ser, e a natureza subtil, perspicaz e pura — despertando através dos caules da carne e dos membros dos braços, a olhar através dos vossos olhos individuais para o universo que criou — e vê que é bom. O que há de grosseiro em vós? Apenas a vossa crença! Brilham com uma realidade que, noutros universos, aparece como estrelas, e eles olham e dizem: "Que beleza, que distância, e que existência tão fina e indefinível é aquela?"

A discussão continuou, centrada nos três convidados. Alguém comentou algo sobre se questionarem por que estavam ali... Seth respondeu: "Eles estão aqui porque são Sumari!"

Os convidados continuaram a participar na aula, discutindo o motivo pelo qual estavam ali e o que procuravam. Seth regressou:

"Não está diminuído, (o vosso propósito) vocês gostam da procura! Gostam da busca! Não querem as respostas! E, como o nosso amigo a gaivota diria, 'Quando voas, sabes as respostas.' E, quando voam à vossa maneira, sabem

as respostas sem palavras. O mesmo se aplica a cada um de vós, e, como todos deviam saber, os convidados vêm aqui por uma razão — todos os convidados! Até os que usam camisolas vermelhas vêm por uma razão."

As razões têm a ver com eles e convosco, tal como, naturalmente, as interações. Até donzelas loiras de cabelo comprido vêm aqui por um motivo — e também jovens de cabelo comprido.

Mas vós cegastes-vos à dimensão que existe dentro de vós em cada momento, e à sua qualidade miraculosa. E, quando acreditais que a vossa existência, a vossa fisicalidade, é grosseira em comparação com algo superior, então sois vós próprios que a tornam opaca — e tereis de lutar com ela.

Agora escutem — os vossos "eus" dentro de vós próprios. Estas canções não servem para provar que o Ruburt tem bons pulmões, são para que vós vos traduzais sem palavras, usando o som como veículo de expressão. Esta será, portanto, uma "Canção Transparente". Dêem-nos um momento e usem-na como quiserem — voem com ela, brinquem com ela. Estão a levar tudo demasiado a sério!

Após a canção e a discussão que se seguiu, Marjorie voltou a falar sobre o "propósito" nas suas vidas. Seth regressou:

Agora, como todos vós sabeis, mas como todos vós precisais de ouvir — não de mim, mas de vós próprios — a espontaneidade conhece a sua própria ordem. E se não desconfiassem tanto de vós próprios, não se preocupariam com as vossas responsabilidades. Ser vós próprios cumpre, automaticamente, qualquer responsabilidade. Os deuses criaram os universos com alegria, brincadeira e criatividade — não porque achassem que era uma obrigação. O vosso ser é abençoado e espontâneo por ser como é. E realizá-lo em harmonia com a natureza cumpre automaticamente os vossos propósitos e, nos vossos termos, as vossas responsabilidades.

Se forem o ser que são, usam as vossas capacidades com alegria. Quando as usam por obrigação, distorcem-nas. Ajudam porque acham que devem ajudar, não porque é uma expressão alegre do vosso ser. E começam a perguntar: "Quem precisa mais da minha ajuda?" Conseguem imaginar o sol a pensar: "Quem precisa mais dos meus raios? Devo iluminar esta flor ou

aquela? Qual delas merece mais a minha bênção?" Ou a chuva a dizer: "Qual haste de erva devo abençoar com a minha presença?" Não! O sol é ele mesmo, tal como vós sois vós mesmos — e através do vosso ser abençoam a vós e aos outros. Sendo quem são, se confiarem em vós, as vossas responsabilidades são automaticamente cumpridas. Mas, se não confiarem, então não há responsabilidade que consigam cumprir, nem ninguém que possam verdadeiramente ajudar.

(Neste momento, Seth fez uma pausa, baixou a voz quase até um sussurro, e falou muito lentamente e com clareza, para dar ênfase:)

Se ao menos pudessem perceber a natureza miraculosa da vossa própria realidade neste exato momento que chamam de presente, ficariam deslumbrados — e pensar-se-ia muito menos em "propósitos". A vossa realidade é propósito, e conhece-se a si própria. Que milagre tão rico e indefinido existe agora em cada um de vós! Olham para pinturas e chamam-nas grandes — ou para um poema!

Se pudessem sentir agora a estrutura milagrosa do vosso próprio ser, e apreciá-la, como se maravilhariam! Essa apreciação tem de vir de vós próprios. Pensam que estão conscientes graças às técnicas que leram. Escutem — escutem apenas uma célula do vosso corpo, e oiçam-na a cantar com propósito, integridade e alegria!

Sintam uma folha! Sintam a textura de pétala dos vossos próprios pensamentos. Sejam vós mesmos no momento — e, mais uma vez, vejam qual é o poder do presente! Eu demonstro-o para vós, mas ele é vosso — está dentro de vós agora, essa energia que percebem.

Cada um de vós tem essa mesma energia (falando agora alto e com força), e ela canta dentro do vosso ser. Não precisam de ter vergonha dela. Ela é vossa! Não precisam procurá-la em gurus, ou deuses, ou Ruburts, ou Seths. Ela vive dentro de vós!

Nos termos dos deuses, vós sois os vossos próprios irmãos de prata! (Referência ao poema de Ruburt)

AULA DE PES 1 de Maio de 1973

A aula começou com uma discussão sobre a sessão da semana anterior, e com Jane a ler uma parte de um capítulo sobre "Hipnose Natural" do novo livro de Seth. Seth entrou na conversa:

O "bem" é fraco — ser sensível significa que és nervoso e doentio, e que reages demasiado depressa, que és bom demais para este mundo, demasiado puro. Assim, quando não consegues lidar com os teus problemas, podes dizer: "Sou bom demais, e sensível demais, por isso é que não me dou bem com os outros", ou, "As pessoas não me compreendem porque sou muito sensível", ou ainda: "Sou artístico, e por isso mesmo sou nervoso, fraco e incompreendido — porque sou demasiado bom, porque sou demasiado artístico!"

Agora, uma parte de ti acredita nestas crenças que acabaste de rir! E isso é, novamente, apenas outra face da crença de que o bem é fraco e tem de ser protegido! Que a sensibilidade não tem força real e deve ser resguardada a todo o custo — que só o mal é poderoso, e que os teus pensamentos maus têm mais poder do que os bons.

Quando estás mais sensível, quando estás no teu melhor artístico, estás no teu momento de maior força — e não precisas de proteção, ou de pensamentos de proteção — esses fogem da tua mente. A grande flexibilidade da sensibilidade deve ser compreendida. E não deves recordar as tuas doenças por razão alguma — nem sequer pelas "boas razões"; porque até essas te podem trair.

Sempre que examines as tuas crenças — e se quiseres divertir-te — pega em alguns adjetivos e brinca com eles, e descobre o que acreditas sobre eles. Sensível — bonito — bom — mau — celestial — terreno — sujo! Que juízos morais e crenças tens sobre estas palavras? Porque, ao aplicares essas qualidades a ti próprio, estarás a dar-te o mesmo valor. E, se pensas que ser sensível é ser fraco, e consideras-te sensível, então estás num dilema! Mas agora, devolvo-vos a palavra.

Depois da discussão sobre o tema, Rich leu um poema que escrevera durante a aula. Ouviu-se um gongo em Sumari, que Jane disse ser uma tradução Sumari do poema. A canção era bastante diferente das anteriores em Sumari,

e Wade reproduziu-a na gravação para que Jane a pudesse ouvir. Estava a decorrer a discussão sobre o gongo quando Seth interrompeu:

Podem dizer ao Ruburt da minha parte que a nova direção em Sumari, em última instância — nos vossos termos — o levará de volta aos manuscritos dos Primeiros Oradores, e conduzir-vos-á a outros métodos de perceção além dos que agora utilizam. Em outras palavras, estão a ser treinados de forma astuta e alegre. E, por outro lado, são vocês que se estão a treinar, de forma igualmente alegre e astuta.

E quero que tu (Don) e tu (Palm) sejam ainda mais brincalhões e menos sérios. Deixem-se ir na diversão de tudo isto, em vez de nos seus supostos méritos. E a nossa pequena amiga de cabelo loiro comprido ali junto à janela (Mollie), ao lado do nosso Pan, brilha com Sumari. E quero que vocês duas (Mildred e Elaine) deixem transparecer mais da vossa "Sumaridade" — para vós próprias. Vocês dois (Rich e Rick) estão conscientes disso à vossa maneira. Agora escutem-se!

Seguiu-se uma segunda canção em Sumari. Depois, Jane tentou traduzi-la para inglês. Após a tradução, a discussão da aula voltou ao conteúdo que Seth tinha trazido, à canção e à sua interpretação.

Jane disse: "De alguma forma, isso teve a ver com cada um de vós — com os vossos seres individuais e, ao mesmo tempo, conjuntos — multidimensionais... Os aspetos multidimensionais daquela canção representam a vossa experiência... pensamento. Em termos físicos, os neurónios e sinapses. O tempo relaciona-se com pulsações, no nosso vocabulário. Quando tentam transmitir a experiência multidimensional à vossa condição física, ela tem de passar pela estrutura neurológica. De alguma forma, com esta coisa do Sumari, o som concentra a experiência para que a possam perceber fisicamente através dessa estrutura neurológica — assim, os sons são uma condensação da experiência, e cada som é feito dessa forma. Se estivéssemos a compor uma sinfonia, o Sumari e a nossa própria experiência estariam contidos num único som de uma nota dessa sinfonia. Mas, quando a recebemos, é uma única nota de Sumari — tal como acabei de fazer..."

Também há uma ligação, uma distância — como no episódio do "Seth de dois tostões"...

Don disse que tinha feito um "grande esforço" para entrar em meditação durante a canção. Explicou que tentara, mentalmente, "afastar as pessoas da sala" para se concentrar no gongo. Seth interrompeu: "É precisamente disso que estou a falar!"

Don respondeu: "Presumo que não se pode enganar o Seth. Pode-se trabalhar demasiado para tentar ser espontâneo. Fiz um grande esforço para meditar e conseguir ouvir a canção."

Seth disse: "É precisamente o grande esforço que não é necessário — e não precisas de afastar as pessoas. Porque o Sumari acontece com as criaturas — tal como as entendes. O que quero dizer é: não te esforces tanto. Não precisas de um esforço enorme para entrar em meditação. A meditação é natural — é um estado do vosso ser. Agora, estou, propositadamente e com astúcia, a lançar pequenas pistas que terão de decifrar por vós próprios."

Jane leu outro poema que tinha escrito durante a semana, e a aula mergulhou no tema dos "Oradores". Uma nova canção Sumari surgiu, após a qual Fred deu a sua interpretação: "Tive a sensação de que cada pessoa é a sua própria canção/crença. Existe um reservatório de som de onde todos podemos retirar." Seth regressou:

"Tens razão. Podes ouvir-me sem pensar ou sentir por ti mesmo. Mas o Sumari — esse — tens de o interpretar por ti. Tens de tocar por conta própria. Tens de libertar-te da grande atenção com que agora me escutas, e deves escutar-te a ti mesmo.

Os Oradores falam de muitas formas — através de teias de aranha, flores, dedos dos pés; falam através de ti. E, quando fores levado para além das palavras, E QUANDO ENTENDERES PLENAMENTE O QUE ESTOU A TENTAR DIZER-TE, olharás para dentro de ti com a mesma atenção que agora me dedicas — e encontrarás, nessa direção, novas perguntas que serão os teus degraus para outras respostas.

São todos diagramas que traças para ti — estruturas através das quais interpretas a tua experiência.

Pois digo-te novamente (com voz forte e enfática), que se escutasses a ti próprio com tanta atenção como me ouves, então dentro de ti sentirias e

reconhecerias essa energia que é tua — e saberias que a tua própria existência é a resposta às tuas perguntas.

Por isso, sorri para ti — tal como sorris para mim.

E, antes de encerrarmos, aqui está, para ti, uma "Canção do Sorriso Interior"."

AULA DE PES 8 de Maio de 1973

(As primeiras 5 páginas não foram gravadas)

A aula começou com a reprodução e discussão das duas canções Sumari da semana anterior. Florence comentou um recital de piano a que assistira — apresentado por uma pianista de cinco anos. A conversa da aula enveredou pelo tema da "grandeza". Seth entrou na conversa:

"Tenho alguns comentários a fazer, se me permitem — e fico contente por ver que o Carlos está a sorrir:

Sempre que virem grandeza — rejubilem! Não estou a falar de beleza; faço aqui uma distinção. Rejubilem, sim, ao ver beleza. Mas, quando reconhecerem grandeza — num outro ser, numa capacidade, numa pintura, num livro — rejubilem! E saibam que há certas dimensões que são vossas. Não podem, numa só vida, compreender e usar todas as vossas capacidades. Têm muitas vidas simultâneas. Mas, nesta vida que conhecem, são-vos dados sinais e símbolos de grandeza que representam as grandes capacidades do eu interior — materializadas na realidade física para que possam compreendê-las. São ideais tornados físicos. São destinados a incitar-vos à vossa própria grandeza e a recordá-la — a erguer-vos da concentração necessária do dia-a-dia, e também a lembrar-vos da base de toda a vida quotidiana.

A grandeza serve para despertar em vós as vossas capacidades. Quem a nega, nega-se a si mesmo. Quem a despreza, despreza a grandeza dentro de si. E cada um de vós sabe que, por trás de cada grande obra de arte, vocês são ainda maiores. Porque a grande obra de arte exprime o que vocês significam — e lembra-vos do que são. Recorda-vos da grandeza do vosso ser interior e da vasta alegria que dá origem ao vosso ser atual. Todos vós conheceis essa diferença!

Muitas grandes obras de arte — especialmente na pintura — produzidas há séculos, são marcos. Lembram-vos que essas pinturas existem, nos vossos termos, enquanto o criador, nos vossos termos, está morto. Estão lá — e estão aqui — como monumentos vivos ao vosso próprio espírito, como degraus para vós seguirem. Representam a integridade de cada um de vós, a alegria radiante que se expande eternamente em ser. Agora devolvo-vos à vossa conversa."

A GRAVAÇÃO RECOMEÇA: Jane lê a página 369 de "A Natureza da Realidade Pessoal".

Após a discussão dos comentários de Seth, e depois de uma pausa na aula, surgiu uma nova canção Sumari. Jane chamou-lhe uma "Canção de Ti no Momento". Após o gongo, enquanto os participantes davam interpretações pessoais, Seth regressou:

"Agora, o Sumari devolve-vos a vós próprios. E não podem sentar-se passivamente a escutar as minhas palavras de sabedoria. Devem, em vez disso, escutar-se a vós próprios — e às realidades que giram dentro do vosso ser. E já não têm esta velha e respeitável criatura como muleta. Devem fazer as vossas próprias interpretações, e sentir as vibrações por vós mesmos, dentro de vós. E nenhum de vós deve pensar que precisa de receber a mesma mensagem que outro, pois cada um cria a sua própria realidade.

Mas direi agora, como já disse antes, que a energia que sentem através desta estrutura é vossa — são herdeiros dela. Ela fala de memórias que conhecem no vosso futuro — de uma alegria que reverbera através do vosso ser — e que não precisam (para o Jim) de ácido para a fazer emergir.

Vós sois vós próprios, e a grandeza de vós mesmos está sempre a expandir-se. O que Ruburt tocou, à sua maneira, cada um de vós pode tocar — pois são parte disso, e isso é parte de vós. E vibra através das vossas células e moléculas — e através do grande humor que tento, de qualquer forma, fazer passar para vós. Pois não há grande virtude nas caras fechadas e na sobriedade. Quando consigo pôr-vos em contato com a vossa própria vitalidade, então o meu trabalho está bem feito. Por isso, deixem esta voz vibrar com a vossa própria vitalidade e alegria, e sintam-na correr pelos corredores do vosso cérebro, pelas vossas células — e cantar com o vosso ser. E (para o Carlos) continua a sorrir."

Quando Seth se retirou, Jane perguntou ao Rick se a entrega tinha sido curta ou longa. Rick respondeu que tinha sido "média". Alguém comentou que tinha sido "mal passada". Seth respondeu de imediato: "Médio é sempre raro!"

Jane então perguntou ao Rick o que Seth tinha dito. Rick respondeu: "Estava a dar-nos aquela velha lição da alegria e da vitalidade." Seth voltou de imediato:

"Estás absolutamente certo. Estou a dar-vos a velha lição da vitalidade — e vocês precisam dela!"

Seguiu-se uma discussão animada.

AULA DE PES 15 de Maio de 1973

No início da aula, Jane falou sobre os "níveis" de consciência e leu um trecho de material que escrevera sobre os "Aspetos" da personalidade multidimensional. Durante a discussão desse material, Seth entrou na conversa:

"Agora, boa noite! E vejam como sou cuidadoso com os óculos dele (de Ruburt). Agora, prestaste-lhes um bom serviço (para Steve), e dou-te as boas-vindas — e a ti também (Stephen e Bunnie), e ao nosso amigo aqui (Dana), e à nossa 'giratória' (Dawn), como Ruburt te chama.

E, a maioria de vós já sabe o que esta 'personalidade doadora' tem a dizer! Ouçam este personagrama! Aumentem o volume do vosso estéreo e exaltem-se na vossa condição física. E, mais uma vez, já sabem o que estou prestes a dizer — e mesmo assim, a cada um de vós, não o posso repetir vezes suficientes:

A vossa divindade expressa-se através da vossa fisicalidade. Ela não está degradada — e nenhuma entidade desceu, com má reputação, à matéria: as vossas almas não estão a vaguear por bairros degradados do universo! Vocês não estão no caixote do lixo cósmico.

Vocês estão a tornar-se quem são. E estão a tratar, à vossa maneira, de uma realidade única em que, nos vossos termos, cada momento é milagroso e, também nos vossos termos, eternamente novo — uma realidade em que as

vossas identidades são sempre originais e irrepetíveis, compostas por átomos e moléculas que também são únicos, originais e irrepetíveis. E os vossos átomos e moléculas não estão em decadência!

Não são príncipes e princesas cósmicos que vieram até aqui mergulhar em vidas de sofrimento e degradação, vestindo corpos físicos pesados, grosseiros e pecaminosos!

São espíritos que se expressam através da alegria miraculosa da carne, que criam uma criação desconhecida — nos vossos termos — antes inexistente, mas que é, à sua maneira, eterna. Trazem ao universo uma realidade nova — e, ainda assim, eterna — e vestem o vosso distintivo de identidade: uma alegria e exaltação com que a carne canta. Aqueles que vos dizem que a vida física é má, não sabem do que falam. E os que vos dizem que nasceram em pecado original, não compreendem o que é a criação original.

Como já vos disse antes, aqueles que vos falam em termos de culpa — em qualquer forma — ignorem-nos! Aqueles que afirmam que ser espiritual é não ser físico, não compreendem a grande natureza espiritual e biológica do vosso ser. Eles não escutaram a canção que os vossos órgãos físicos cantam. Não sonharam com as suas mentes, utilizando os neurónios físicos. Nunca brilharam dentro de si como estrelas — e por só conhecerem a noite, pensam que a existência é escura.

Abram os olhos que têm! Percebam a realidade que conhecem — e ela, por si só, vos conduz a outras realidades que também são vossas. Deuses, sim! Acolhidos na fisicalidade, e por uma razão! Têm pernas — usem-nas! Têm consciência — usem-na! Têm mente — usem-na! E usem a vossa alegria, e sorriam!

Sabem (para a turma) o que estou prestes a fazer. Mas tu (Steve), ouve a vitalidade do teu próprio ser. Está atento à tua própria vitalidade — deixa-a ressoar com a realidade dos teus pensamentos e sensações — e ela guiar-te-á para onde desejas ir, e para onde já estás!

Mas esquece a tua profundidade, e não temas as sombras, e esquece tudo o que te disseram sobre o bem e o mal — e sê o teu ser vivo e vital, no qual habita a tua divindade.

Agora devolvo a aula ao nosso amigo.

Tens perguntas? (para Larry)

Pensei que estavas a acenar! Queres ver como um personagrama pode acenar? E não te preocupes (ainda para Larry). O fenómeno não vai permanecer — por isso, não o temas — vai passar. E não temas o medo. Consegues lidar com ele."

Dena relatou a Jane o que Seth dissera. Após discussão, a turma recebeu uma canção Sumari, a "Canção do Momento". Depois desta canção e da sua interpretação, seguiu-se um diálogo em Sumari entre Jane e Marianne. Daí, a discussão evoluiu para os níveis adjacentes de consciência, com Jane a alternar entre canção Sumari, diálogo Sumari, tradução e a presença de Seth — e novamente de volta. A certa altura, Seth comentou que "tudo isto é uma demonstração".

Durante esta discussão, Jane disse à turma que estava ciente do "efeito pirâmide", algo que já experienciara antes. Pouco depois, Seth II dirigiu-se à turma, com uma voz atonal:

"O CONHECIMENTO INTRADUZÍVEL É DIFÍCIL, POIS PARA VÓS, SOMOS ESTRANHOS — MAS SEMEAMOS O VOSSO DEUS.

PERDOAI QUAISQUER DISTORÇÕES NAS TRADUÇÕES DESTINADAS AO VOSSO CONHECIMENTO. NUNCA FOMOS FÍSICOS. AS EXPERIÊNCIAS INICIADAS HÁ ALGUM TEMPO SERÃO RETOMADAS. IREMOS FOCAR-NOS NA VOSSA REALIDADE, E PODERÃO PERCEBER-NOS COMO CONSEGUIREM."

AULA DE PES 22 de Maio de 1973

A aula começou com uma discussão sobre estados alterados de consciência, tal como haviam sido demonstrados na aula anterior. A partir daí, a conversa evoluiu para o tema da criação da realidade física. O Sumari surgiu com uma canção, que Jane identificou como a "Canção da Destruição e da Criatividade". Seguiu-se então um diálogo e canção em Sumari dirigidos a George, Jim e Eleanor.

"Sou capaz de vos dar pistas da vossa própria criatividade translúcida — espetacular — e do uso das vossas próprias crenças."

Durante a discussão da canção e do diálogo, Jane comentou que tudo o que era necessário era "sentir" aquilo. Seth entrou na conversa:

"Se conseguem captar o sentimento, isso é tudo o que precisam."

"Ruburt vai dar-vos uma pausa. E, antes disso, já sabem o que vos digo. A mensagem que vos trago é a vossa própria — e essa mensagem não precisa da Françoise (para o Larry), nem de ácido (para o Jim) — estou a olhar para o nosso guru aqui ao lado — precisa apenas do vosso próprio reconhecimento de vós mesmos, do reconhecimento da vossa incrível magia, da alegria da vossa existência — do vosso próprio e jubiloso reconhecimento de quem são.

Venham então a esta voz para se libertarem — e para sentirem a leve alegria do vosso ser. Sintam nesta energia a vossa própria — e saibam que ela é jubilosa. Esqueçam as vossas ideias de profundidade e moralidade — se fizerem uma distinção entre divindade e alegria — pois os deuses que habitam em vós são alegres, e a vossa criatividade conhece a sua própria alegria.

Vocês criam a vossa realidade — eu devia deixar-vos terminar essa frase! Portanto, são mulheres por uma razão, na vossa luta pela libertação feminina (para a Paula), e homens por uma razão, e negros, brancos, amarelos e vermelhos por uma razão — tal como as folhas têm cores diferentes, e há diversos tipos de flores.

Sintam então o conhecimento que está dentro de vós. Que maior presente posso dar-vos senão a vossa própria energia? Sintam-na aqui — podem respondê-la e reconhecer que é vossa! Por isso, não a projetem nesta voz ou neste corpo — projetem-na em vós e dentro de vós. Não estão à mercê de antigas crenças — criam as vossas crenças tal como o nosso escultor aqui (George) faz as suas esculturas.

Se não gostam das vossas crenças, deixem-nas de lado e criem outras. O vosso poder está no momento! O vosso poder está no agora — e no vosso, e no vosso, e no vosso — e, nossa querida Dama de Veneza, também no teu; por isso não o entregues ao passado! Não estão à mercê desses acontecimentos a menos que acreditem que estão. O nosso rico Richard sabe disso — tal como o nosso jovem Michael — e o nosso viciado em comida saudável (George)!"

“Por isso, escutem a alegria que vive dentro dos vossos próprios átomos e moléculas, e dentro da vossa própria consciência — e confiem nessa alegria. Confiem nessa vitalidade que vos pertence. E tu (para Sue), és magnífica aí desse lado.

Confiem na integridade do vosso ser. Não se afoguem — não sou eu o profundo, são vocês os verdadeiramente profundos e misteriosos, que agora formam um corpo físico através do qual se expressam. Eu apenas tomo um emprestado; vocês constroem o vosso. Pensam que seria um grande feito ter uma asa e fazê-la voar sobre uma mesa? No entanto, através da vitalidade miraculosa do vosso ser, movem a vossa imagem física de um lugar para outro — que grande poder e atividade está aí dentro! Olhem, então, para o conhecimento oculto do vosso próprio ser — tão público como um gaio-azul e a gritar tão alto quanto ele.

Agora devolvo-vos à vossa amiga Ruburt — e a vós próprios — e à vossa eterna variedade! Variedade, variedade! Pensem na extensão que são. Sintam essa variedade! São, porventura, menos do que o fluxo das estações? Que grande variedade! Sorriam! Se alguma vez vi um sorriso sumário, é esse! Sorriam! Não sei se um sorriso forçado é melhor que nenhum sorriso, mas podem ponderar sobre isso como quiserem…”

[CANÇÃO SUMARI — 5 minutos]

Após um intervalo, a entrega acima foi discutida e Jane conduziu uma experiência com a turma sobre mobilidade da consciência. Depois do exercício, durante a troca de impressões, alguém comentou que às vezes se perguntava por que razão vinha às aulas. Seth respondeu:

“E eu ajudo — [FALHA NA GRAVAÇÃO] — 'Tu vens porque eu sou um bom fertilizante!'”

Ed disse que, durante o exercício, se tinha apercebido de que tentava fazer uma síntese entre as funções corporais voluntárias e involuntárias.

Seth retomou: “Agora devolvo-vos a onde já estão — a vós mesmos! Só há um presente que pode verdadeiramente ser dado: vocês próprios. Vocês são um pacote-surpresa — e eu simplesmente vos mostro como o abrir. Posso dizer-vos como olhar através dos embrulhos que tão engenhosamente prepararam — como decifrar as mensagens na embalagem que tão

habilmente conspiraram em criar. Nos vossos termos, a partir de uma dimensão não física, saúdo-vos e mostro-vos a vossa própria criatura, a vossa vitalidade. Sou uma personalidade que não opera, nos vossos termos, através da carne. Dou-vos a conhecer quem são, enquanto falam a vossa língua Sumari através dos vossos átomos e moléculas — enquanto se surpreendem com os vossos dias e noites, e com a vossa própria vitalidade. Ruburt, à sua maneira, disse isto nos seus diálogos.

Mas que pacote-surpresa cada um de vós é! E como olham para si próprios e se perguntam: o que é a distância? O que é esta realidade? Então, perguntem a vós mesmos: quem fez o pacote? Quem o colocou no correio? E que outros tipos de pacotes existem por aí? Sejam vocês mesmos ao acordarem de manhã, tal como veriam um gaio-azul ou um esquilo — com igual maravilha.

Por isso, deixo-vos como sempre vos deixo — sem verdadeiramente vos deixar, porque não podem separar-se de vós próprios — porque criam-se a cada momento e surpreendem-se com a vossa própria criação. (Durante o vosso sono esta noite, digam a vós próprios que encontrarão, com alegria, os vossos criadores — que são vós próprios. E, se o fizerem, talvez encontrem os criadores por trás da pergunta.)

Tudo o que vos posso dizer — e volto a repetir — é que cada um de vós possui a sua própria consciência e realidade, e é esse o caminho para todas as respostas que procuram — pois são vocês que formam as vossas perguntas, como uma árvore forma as suas folhas. E, como as folhas seguem um padrão, certos tipos de perguntas conduzir-vos-ão sempre a certos tipos de respostas.

Com esse pensamento — e, espero eu, realização — desejo-vos uma boa noite. Mas aquela parte de vós que toquei — e que vocês tocaram dentro de si — espero que desperte enquanto dormem. E, se assim for, sigam-na — até si próprios, até ao coração do vosso ser.

Portanto, sabem bem como terminarei esta sessão: pois a vitalidade que atravessa este corpo (FIM DA GRAVAÇÃO) é apenas uma pequena pista da vitalidade que pertence a cada um de vós — que podem utilizar, amar e acolher — que é parte do vosso ser, e não é sombria (FRASE OMITIDA DA GRAVAÇÃO), mas cheia do conhecimento da sua própria realidade — e que vos guiará onde querem ir.

Por isso, através desta voz, experienciem a vossa própria alegria — e através dela reconheçam que, mesmo quando, nos vossos termos, já não tiverem forma física, os mortos, nos vossos termos, estão longe de estar silenciosos!

As bênçãos que tenho, dou-as a vós. E as que não tenho — é melhor que as encontrem!"

AULA DE PES 29 de Maio de 1973

A sessão começou com uma revisão da aula da semana anterior. A conversa voltou-se para o tema da "compreensão" do crescimento e desenvolvimento. Seth comentou:

"Só um pequeno ponto para vós: existem outras formas de compreender. Estão a tomar por garantido que só a compreensão intelectual conta, mas há diferentes tipos de entendimento, igualmente válidos. Por isso, quando fazem esse tipo de pergunta, estão a ignorar os outros níveis de compreensão — que, noutros níveis, vocês realmente possuem. Agora, devolvo-vos à vossa conversa. Estou a apreciá-la."

Marjorie, falando em nome dos novos membros vindos de Warwick, referiu-se à "dificuldade" em crescer, desenvolver-se e aprender — que tudo parecia tão difícil e que algum tipo de fricção era necessário. Seth respondeu, dirigindo-se a Marjorie:

"Tu és, sem dúvida. Uma das coisas mais eficazes que já fizeste foi crescer até à forma e tamanho que agora tens. E certamente não te esforçaste conscientemente para isso — não pensaste: 'Tenho apenas 60 cm, como é que vou chegar ao metro?' ou, 'Que resistência preciso usar para crescer mais uns centímetros?' ou, 'Como é que vou conseguir chegar ao metro e meio?' — caso contrário, terias desistido logo no início.

Não pensaste: 'Como é que vou crescer os meus órgãos internos?' ou, 'Como é que vou aprender a respirar, sendo isso tão importante?' Por isso, as realidades mais eficazes do vosso ser são espontâneas — e feitas com a alegria de existir. E não através do tipo de esforço de que falas. Mas a partir de um sentimento de poder que se conhece e se permite ser — e não, nenhum de vós, um poder fraco — mas sim um núcleo de existência que conhece a sua capacidade e confia nela. E que sabe que o poder é, de facto,

criatividade, crescimento e amor. E não, nos termos que mencionas, agressão — mas sim o poder de ser e crescer.

Que expressão tão séria! (Para Marjorie) E que alegria de ser te permite sentar aí e franzir a testa?"

Após o intervalo, a conversa centrou-se nos comentários de Seth II feitos duas semanas antes, e a partir daí falou-se do "Tudo O Que É" e da questão da criação. Seth comentou:

"Tudo O Que É cria constantemente — e nunca houve um ponto de criação. Tudo O Que É cria-se a si mesmo neste momento, tal como vocês se criam a si próprios agora, através do poder do vosso ser. Não houve um ponto único de criação. As origens são agora. As origens, nos vossos termos, sempre foram agora, e, nos vossos termos, sempre serão agora. E o Tudo O Que É cria o seu passado e o seu futuro — tal como vocês o fazem neste momento presente."

A conversa avançou para o tema do suicídio. Connie comentou que, se criamos a nossa própria realidade, qualquer morte poderia ser considerada suicídio. Seth respondeu: "Quando uma flor diz: 'Vou decapitar-me', podes chamar isso suicídio! Reflete nisso!"

Larry falou do suicídio de um amigo e conjecturou sobre os motivos por trás do ato. Disse que esse amigo adorava a ideia do suicídio. Seth comentou:

"Porque ele não acreditava, nem sentia, o seu poder no presente. E se o tivesse feito, todos os dados reencarnacionais — nos termos apresentados — teriam desaparecido. E, no vosso poder do agora, podem apagar qualquer dessas crenças que façam parte de vós — por qualquer razão."

Enquanto Seth observava e escutava, uma troca de palavras intensa e acalorada irrompeu entre Larry, Jeff, Bob e Bill. Por fim, Seth dirigiu-se a Bill, que falava com emoção profunda. Jeff tinha dito: "Cheguei duas vezes ao ponto de dizer: 'Não consigo lidar com isto... vou matar-me.' E depois percebi que isso não ia ajudar — teria de lidar com isso mais tarde, de qualquer forma."

Seth: "Agora, paz. Sintam a carga das vossas próprias respostas — e perguntem a vós mesmos o que elas significam. Mas todos vós, sintam-se a si

próprios e à vossa própria vitalidade, tal como ela passa através de vós neste momento. E não precisam defendê-la — celebrem-na, desfrutem-na."

"Usem esta voz como veículo, como Ruburt já vos disse. Se simplesmente escutam uma voz que vem de fora de vós, perdem grande parte da mensagem. Usem os sons para sentir a vossa própria vitalidade e alegria — para sentir a vossa liberdade e poder no momento presente — para reconhecerem a vossa força e energia interior. E não projetem isso em mim — sigam-na de volta à sua origem dentro de vós. Ruburt mostra-vos isso, mas é vosso. Ela flui incessantemente através de vós. E tu (para Marjorie), não sejas demasiado séria a respeito disso. Cresceste sem seriedade, a partir da alegria do teu ser — e existes agora, tal como cada um de vós aqui diante de mim, pela alegria e vitalidade do vosso próprio ser, não do meu — magníficos na vossa natureza milagrosa. Têm corpos físicos, eu não. Por isso, sou o menos indicado para vos explicar a alegria miraculosa da vossa condição física.

Se pudessem gravar — e compreender — e traduzir a menor partícula do terceiro dedo do George, e o mais pequeno átomo do vosso próprio dedo mindinho, então essa célula, de certa forma, diria o que estou a dizer agora: lembrar-vos-ia da vossa alegria e vitalidade. E veriam dentro de vós a vossa grande energia — e sorririam e ririam ao vê-la projetada aqui diante de vós, quando ela existe nas partes mais íntimas e jubilosas da vossa própria mão — agora aqui dada com uma voz e um nome para algo que não tem nome. Quando precisarem de nomes, usaremos nomes. Quando precisarem de mitos e disciplinas, usaremos mitos e disciplinas. E quando precisarem de planos, usaremos planos.

Mas vós próprios sentis, quando o permitis, a liberdade e espontaneidade do vosso ser — e as palavras que pronuncio ecoam desde além das distâncias da vossa própria alma — e falam muitas vezes em línguas. Em Sumari, em pensamentos que ainda não pronunciaram. Sintam então as vossas identidades — sintam o seu poder, a sua alegria, a sua vitalidade e leveza.

Agora, em termos bastante diferentes — bastante diferentes — a maioria das flores tem o bom senso de não se decapitarem. Estão contentes em esperar que o vento ou a chuva o façam.

A maioria dos cães e gatos tem uma alegria e inteligência própria, e amor pela sua própria vitalidade. E, no seu próprio contexto — que agora é diferente do vosso — ainda assim, nos vossos termos, eles não decidem terminar as suas vidas. Não pelas mesmas razões.

Um animal pode morrer por amor — mas não morre porque duvida do poder do seu próprio ser."

[LONGA CANÇÃO SUMARI — com grande amplitude e intensidade]

AULA DE PES 5 de Junho de 1973

Um convidado especial da noite, Bill, falava sobre o trabalho que ele e os seus colegas estavam a fazer com telepatia. Referiu a dificuldade de determinar o que é realmente a telepatia, e os desafios para medi-la. Seth entrou na conversa:

"Com licença — e as minhas mais calorosas boas-vindas a todos vós. Tenho apenas um pequeno comentário, pois estive a escutar e a desfrutar da vossa conversa, e não quero interromper durante muito tempo. E gosto muito do nosso amigo aqui (Bill).

A ciência — ou melhor, os cientistas, pois não existe tal coisa como "a ciência" — há apenas pessoas que se chamam a si próprias cientistas — têm uma maneira particular de ver a realidade. E essa maneira já não funciona. Não se pode olhar de fora e medir, quando se está interessado nos tipos de realidade que agora vos preocupam a vós e ao vosso grupo. Têm de se atirar de cabeça. Têm de mergulhar por conta própria, e não ficar a olhar de fora a tentar medir. As medições vêm depois — são apenas a cobertura de um bolo. Mas primeiro, têm de provar o bolo.

Todos vós devem desfrutar e expandir a vossa própria experiência subjetiva. Não se podem obter as medidas a partir do exterior — as medições não são as mesmas, não se correlacionam. Às vezes, podem explicar um tipo de realidade através de outro e obter uma afirmação lógica com alguma correlação. Mas, para outras realidades, é necessária experiência. Têm de ser aquilo que investigam — e fazer as medições mais tarde. A informação de que necessitam só vos será revelada quando mergulharem nessa realidade. Aí, a vossa própria experiência dir-vos-á que medidas usar. Não as encontrarão do lado de fora. As vossas intenções são boas, e os vossos

propósitos também. Mas não podem examinar a telepatia como se fosse uma rocha ou um sapo ou uma pedra — pois, quando tentam tocá-la, ela escapa-vos. Só a podem vivenciar — e essa vivência dir-vos-á como poderão, mais tarde, analisá-la nos termos que desejarem. Caso contrário, escapa-vos por entre os dedos — e onde a procuram, ela não está."

Bill respondeu: "Tudo o que fazem é trocar uma subjetividade por outra. Porque o que chamam de objetividade não é, de todo. Há tantas coisas que não consideram. Se definirmos objetividade como, digamos, a ausência de sujeito, então nem sequer cumpre a própria definição!"

Depois de discutirem este ponto, Jane anunciou que iríamos ouvir uma canção Sumari sobre "Objetividade e Subjetividade — onde se encontram". A canção durou aproximadamente cinco segundos. Marjorie falou sobre "a dificuldade em desenvolver uma entidade dentro de nós". Seth respondeu:

"Vocês já são uma entidade. Não há nada para desenvolver! São vós próprios. Esforçarem-se por serem outra coisa que não vocês mesmos leva-vos por caminhos que não conduzem a vós, mas a versões vossas que pensam dever ser. Já vos disse: trabalham demasiado. Mas voltarei a dizer-vos isso muitas vezes — e iremos brincar juntos. E, ao brincar, descobrirão os seres que são — e aprenderão a tratar-se com mais gentileza, com mais alegria, com mais espontaneidade. E, assim, experimentarão o ser que são — e deixarão de fazer penitência — pois é isso que têm feito: penitência pela vossa existência como criaturas físicas. Qualquer esquilo tem mais juízo! E isto dirige-se a todos vós. Porque, à vossa maneira, acreditam que precisam fazer algo para justificar a vossa existência. Criam a realidade. Qualquer rã — e qualquer deus — teria mais bom senso do que criar algumas das realidades que vocês já criaram!

Agora, digo isto com humor, nos vossos termos, porque criam essas realidades por uma razão. Mas, se tomassem consciência daquilo que sabem — e usassem a mente consciente que vocês próprios se deram — então deixariam de culpar o inconsciente, ou os deuses, ou os demónios, ou as teorias, ou o que quer que seja, pelas coisas que vos desagradam. Despertariam para o vosso ser. Sentiriam a energia dentro de vós. Agora, façam o que quiserem com essa energia. Ela vem de vós — assim como vem de mim. E há tanta energia numa flor... Sintam-na um dia!"

AULA DE PES 19 de Junho de 1973
SONHOS (Com tarefa de Seth)

Steve trouxe para a aula uma pintura que tinha feito. Era uma pintura de um rosto, realizada sobre um painel de veludo vermelho. Era um rosto muito intenso, com uma expressão que parecia mudar consoante o ângulo com que se olhava. A pintura foi passada pela sala, e os membros da turma deram as suas reações. As impressões foram variadas. Durante a discussão da pintura, Seth entrou na conversa:

"Fizeste um excelente trabalho. O que o nosso amigo aqui fez foi objetivar para si mesmo aquilo que considera — aquilo que pensa ser — o seu eu interior. E querê-lo diante de si, para poder ver o que ele anda a fazer. Querê-lo fora de si! A pintura reflete, assim, a parte de si que sente, e da qual tem admiração, medo, fascínio, e pela qual se sente atraído. Representa aquilo que entende como sendo o eu interior primordial — cheio de sabedoria, mas também algo de que se foge em terror. A parte do eu que está escondida — o poder e a força do eu interior.

Mas, por outro lado, ele não confiava nesse eu. Queria-o ali fora, onde pudesse vê-lo. Se fizer perguntas, a pintura dar-lhe-á as respostas abertamente.

Agora, cada um de vós, à sua maneira, reconheceu e respondeu à energia psíquica e à criatividade presentes na pintura. Porque está, de facto, carregada de grande energia e fascínio — que vós próprios lhe concederam. Mas cada um de vós respondeu à pintura conforme as suas próprias crenças sobre o seu eu interior.

Este foi um ato altamente criativo, e uma bela forma de terapia psicológica. Porque foi o eu interior que temeste no início — e, por isso mesmo, foi esse o eu que pintaste. Mas as características da pintura irão mudar ao longo dos anos, à medida que os teus sentimentos sobre o eu interior forem mudando.

A voz, é claro, está ligada a isto. Mas deveis compreender que tudo isto são partes de vós — da vossa própria criatividade mais ampla, da qual fazem parte. E, quando perceberem verdadeiramente isso, não precisarão de manter a pintura — porque compreenderão que ela veio de vós, e não o contrário.

Agora, devolvo-vos às vossas animadas discussões. E, por vós próprios, ainda que de forma mais lenta, a maioria teria chegado à conclusão que vos dei. Mas reconhecestes a energia psíquica, a transformação e a criatividade que ocorreram. A nossa amiga ali (Marianne) captou-o — porque sentiu, nos vossos termos, antecipadamente, essa carga psíquica e realidade. Mas não coloquem essas capacidades que a pintura parece representar fora de vós — a menos que o façam como método de clarificação. Agora, devolvo-vos a vós próprios — e que belos seres são!"

A discussão continuou sobre o ponto de a pintura representar, para cada um, as suas próprias crenças sobre o eu interior.

Seth regressou: "Eu represento aquilo que vocês são. Represento aquilo que cada um de vós é. Projetam-se sobre mim. Torno-me, para vós, o vosso Velho Sábio. O eu interior que sabem existir dentro de cada um de vós!

Todos vós têm, dentro de si, o vosso velho sábio. Cada um de vós possui também a criança eterna. Cada um de vós tem janelas que se abrem para as suas realidades — até mesmo aquelas que não conseguem traduzir nos vossos próprios termos. Sou um veículo, como o vento é um veículo. Sou uma janela, como aquela ali é. Sou composto por aquilo que vocês são — e também por aquilo que eu sou.

E é verdade o que já disse: as flores falam com uma voz eloquente — se apenas as escutassem — e também são aquilo que vocês são, se o soubessem. Parte de um botão de rosa de há um mês pode agora ser algo totalmente diferente. E as células que brilham no vosso braço podem ter sido, outrora, as faces de um chinês... ou um ramo ao vento. Vocês falam por esse ramo enquanto passam pelo vosso dia. E eu falo por vós enquanto passo pelo meu, bem diferente.

Mas cada um de vós cresce em todas as direções. Enviam sinais e sensações — e a energia regressa, à medida que a enviam. E mais chega até vós através da minha voz do que pelas palavras — pois onde a mente não encontra razão, também aí existem comunicações. E vós aceitais isso — e consentis — porque são parte da vossa realidade maior.

E quando falo, desperto o grande velho sábio dentro de cada um de vós — para que o escutem. Pois ele fala-vos nos sonhos — na forma que desejarem.

Mas não se esqueçam: há também a velha sábia — homem ou mulher — a Sumari!

Os vossos sonhos são o outro lado da vossa vida desperta, assim como a vossa vida desperta é o outro lado da vossa vida de sonho. Lembrem-se disso — quer estejam acordados ou a sonhar. E, se se lembrarem disso quando estão a sonhar, tornar-se-ão lúcidos — e verdadeiramente vivos. Agora, volto a entregar-vos a vós próprios."

Bill começou a relatar o que Seth tinha dito, e Seth voltou:

"Agora estão a sonhar (FIM DA GRAVAÇÃO) que estão acordados. No vosso sonho, falo convosco. No vosso sonho de vigília. E quando sonham, sonham que sonham, e sonham que vos falo nos vossos sonhos. Estão acordados, quer acreditem que estão acordados ou a sonhar. Estão a criar realidades, quer finjam que estão a sonhar ou não.

Os átomos e moléculas dentro de vós sonham que são pessoas. Quão real é o sonho deles, para vós! Quão profundo é o transe que é a vossa vida! Quão profundo é o transe — nos vossos termos — que é a vida de um sonho.

Quão real é um sonho? Porque pensam então que há qualquer diferença entre aquilo que consideram um sonho e aquilo que consideram realidade? Assumem que o sonho é menos real. Mas é através da vossa vida onírica que constroem a vossa vida física. É no sonho que fazem o trabalho que vos permite sobreviver fisicamente. É no estado de sonho que escolhem, de entre as realidades prováveis, aquelas que irão depois tornar físicas. Trabalham mais nos vossos sonhos — mas fazem-no com leveza, com brincadeira.

Não direi mais. Quero que sintam o que acabo de dizer. Onde estariam, se não fosse pelo sonho dos átomos? Nossa Senhora de Veneza..."

Florence perguntou: "Se essa parte da vida é tão importante, porque é que não conseguimos lembrar-nos melhor dela? Eu não me lembro de nada disso."

Seth: "Agora, colocaste a pergunta de forma geral, mas ela não pode ser respondida dessa forma. Por isso, a resposta que daremos à Nossa Senhora

de Veneza será pessoal. Mas cada um de vós deve aplicá-la à sua própria vida e às suas próprias crenças.

Ainda tens medo do teu eu interior. Ainda não confias nos teus sonhos. E tens medo deles. Não queres lembrar-te deles. Quando dizes a ti própria que te vais lembrar dos sonhos, muitas vezes não o dizes a sério — tal como agora ainda não o dizes. Tens medo do que possas encontrar — e ainda tens medo de um sonho em particular. E sabes bem a qual me refiro."

SONHOS (com tarefa de Seth)

"Podem mudar o final de um sonho ao compreenderem a natureza da realidade — ou seja, que são vocês quem a cria. Enquanto tiverem medo da realidade dos sonhos, têm também medo daquilo a que chamam realidade "real". O sonho apresenta o vosso dilema de forma bela no tempo físico, mas têm medo de o resolver — ou até de o enfrentar — tanto na realidade física como na realidade onírica. Agora, isto aplica-se a muitos de vós.

Podem dar a vós próprios sugestões durante séculos e dizer: 'Vou lembrar-me dos meus sonhos' — mas, ao mesmo tempo, pensam: 'Os sonhos são perigosos. São uma parte de mim que não quero conhecer.' E, se é isso que acreditam verdadeiramente, então não darão ouvidos às vossas sugestões.

Têm de acreditar no poder, na energia, na força e na glória do vosso ser — e saber que os problemas são desafios que estão ali para ser resolvidos. Por isso, enfrentem-nos com alegria, e enfrentem-se a vós próprios, sabendo que, ao conhecerem todo o vosso ser — desperto ou a sonhar — ficarão satisfeitos, tal como, na velha lenda, Deus ficou satisfeito quando criou o mundo.

Só quando não conhecem a vós próprios é que temem ser maus — e têm medo de olhar para dentro. Mas, quando abrem essas portas, ficam maravilhados com a imensidão e a graça do vosso próprio ser."

Steve perguntou: "O que está além da dimensão da consciência?"

Houve gargalhadas na sala com a pergunta. Seth comentou: "O riso é a resposta."

Seth continuou, dirigindo-se à Florence e à turma em geral:

[AVANÇO RÁPIDO DA GRAVAÇÃO — 3 min. de discussão longa]

"Agora, de forma prática, claro que há uma solução. E é esta: parem de se encolher. Não se escondam por trás da crença de que o eu interior é assustador — ou de que são más pessoas — ou de que, embora sejam bons, há coisas más escondidas lá dentro. Digam a vós próprios — e convençam-se — que, como fazem parte do Tudo O Que É, são, à vossa maneira, uma expressão única do Tudo O Que É — e não há nada no Tudo O Que É que seja para temer. E não há nada em vós que deva ser temido. Repitam isso a vós próprios frequentemente — pensem e sintam isso — e essa mensagem chegará até vós. Mas, quanto mais disserem a vós próprios que têm medo dos vossos sonhos, enquanto afirmam querer recordá-los, mais se metem num dilema. E, mais uma vez, isso aplica-se a todos vós.

Barrie dirigiu-se a Seth: "Quando sonho e acordo, dou tudo como garantido. É tão óbvio que nem me lembro de escrever. Digo-me que vou lembrar-me — e depois volto a dormir. Quando acordo de novo, percebo que afinal não me lembro, e devia ter escrito."

Seth respondeu: "Isso aplica-se a todos. O problema e a solução. O problema é simplesmente que se enganam a vós próprios. Sabem muito bem — porque já vos aconteceu muitas vezes — que, se não escreverem, esquecem. E, no entanto, há uma parte de vós que quer esquecer."

"Costumo dizer a mim próprio," disse Barrie, "que se o sonho for bom, escrevo-o."

Seth respondeu: "Esse é o teu problema. Não devias fazer esse julgamento. Escreve-o simplesmente."

Ruburt disse isto muitas vezes, e aplica-se, novamente, a todos vós. O simples hábito de escreverem os vossos sonhos, e de os recordarem, abre canais entre o que agora consideram o vosso eu consciente e inconsciente. Este treino ensina-vos a mudar de um nível de realidade para outro — e a regressar com 'tesouros' em ambas as mãos. Mesmo que, nos vossos termos, o sonho não pareça importante, estão a trazer de volta todos os minerais que podem usar.

Agora devolvo-vos, porque quero que pensem no que vos disse há momentos:

Se os átomos sonham — se sonham os seus sonhos conjuntos de vocês — de quem sonham vocês? E que realidades formam?

O sonho dos átomos é um sonho de gestalt, embora ainda individual. Vocês sonham individualmente, e ainda assim encontram-se nos sonhos. Existem sonhos de grupo. Estou a fazer-vos perguntas agora — mas, ao contrário de vós, não exijo respostas imediatas. O que quero que me digam é:

Quão conscientes estão os vossos átomos das vossas vidas individuais? Quão conscientes estão os produtos da vossa vida de sonho da vossa realidade física — e vocês da deles? As estrelas sonham?

Essa é a vossa tarefa. O grupo inteiro de perguntas. Procurem as respostas com o vosso intelecto, com a vossa intuição — e façam estas perguntas a vós próprios antes de dormirem. Estão a ir bem — mas têm certezas a mais."

Steve colocou uma pergunta a Seth, descrevendo uma experiência que teve e pedindo uma resposta. Seth respondeu:

"Receberás a resposta — mas de outra forma."

AULA DE PES 10 de Julho de 1973

A aula começou com uma discussão sobre experiências fora do corpo ocorridas na semana anterior. Jane orientou a turma num exercício envolvendo som interior. Após o intervalo, a conversa evoluiu para crenças e liberdade de ação. Seth entrou na conversa:

"Agora, desejo-vos uma boa noite. E lembrem-se disto: têm o direito de dizer 'não'.
Na grande afirmação do vosso ser, estão conscientes — e por isso são capazes de fazer distinções. Podem preferir uma coisa a outra. Dentro da grande afirmação do vosso ser, podem negar. Podem dizer 'não' a uma situação — de forma livre, alegre e exuberante — e sentirem-se livres, conscientes de que estão a usar as capacidades da vossa consciência, do vosso espírito e da vossa condição de criaturas. Se dizem 'não', dizem-no por uma razão. Descubram qual é essa razão. Têm direito a ela.

Nunca digam 'não' aos vossos próprios sentimentos — aceitem-nos.
O ódio levar-vos-á de volta ao amor, se o permitirem. Todas as emoções vêm

do amor. O ódio mostra-vos a distância entre vós e outra pessoa — uma pessoa por quem sentem amor.

Se acham que a maioria das pessoas é estúpida, idiota, e está a levar o mundo à destruição, é apenas porque amam tanto a humanidade — e sentem que ela não está à altura das expectativas desse amor. Se permitirem sentir essa emoção, ela levar-vos-á de volta à consciência desse amor. Mas, se negarem aquilo que consideram ser ódio, repulsa ou frustração, então essa emoção não vos poderá guiar até ao destino para o qual foi criada.

Se acham que odeiam um dos vossos pais, é porque há em vós uma separação tão grande entre vós e o amor que sentem por esse pai, que o sentimento se manifesta como ódio. Se permitirem sentir esse ódio, também sentirão o amor. Não odeiam quem vos é indiferente. Essas pessoas não vos afetam em nada. Estão fora do vosso radar. Vocês amam os vossos inimigos, quer o saibam ou não — estão ligados a eles, porque na vossa mente os comparam constantemente com aquilo que acham que eles deviam ser, de acordo com a vossa visão de amor por eles — e por vós próprios.

Sempre que pensarem que odeiam — é porque amam.
Mas, a menos que se permitam sentir o ódio, nunca o saberão. Se odeiam alguém e batem numa almofada como se estivessem a espancar essa pessoa até à morte, então — quando o "assassinato" estiver consumado — perceberão o grande amor que realmente sentem. E essa morte será a morte do ódio — não da pessoa.

Não podem amar a vós próprios e odiar as vossas emoções. Não podem amar a vossa essência e, ao mesmo tempo, desconfiar da vossa própria realidade. E dentro da grande afirmação e alegria do vosso ser, podem dizer 'não'. Porque, ao negar, estão a comparar aquilo a que dizem 'não' com aquilo a que desejam dizer 'sim'. Estão a comparar segundo um ideal — e esse ideal existe, nos vossos olhos, em nome do amor."

"Se nós, velhos fantasmas sem sangue, não temos medo da emoção, não vejo razão para que vocês tenham."

A Marianne perguntou: "Seth, podes ser iludido quanto ao que amas?"

Seth respondeu: "Estão todos presos à palavra *iludido* — esqueçam isso.
Um duche é uma ilusão. Uma chuvada é uma ilusão — e uma delusão.

Vocês criam a vossa realidade. As ilusões e delusões são apenas as várias faces que a realidade maior assume, nos vossos termos de espaço e tempo.

Não há espelhos límpidos onde olhar (dirigindo-se a Carlos) que vos mostrem uma única e imaculada realidade — e não existe um 'Carlos ideal' que possa dizer: 'Devo fazer isto e aquilo para realizar as minhas capacidades'. Em vez disso, há um número infinito de probabilidades — e tu, meu caro amigo, tens a liberdade de te mover entre elas. Queres que eu te diga o que deves fazer, ou queres dizer a ti próprio: 'Tenho de fazer isto e aquilo'. Mas, se fluíres com o sentimento do teu próprio ser, irás para onde o teu ser te levar. Confia — confia nas vidas que estão dentro de ti agora. Segue o teu próprio viver, que flui através de ti. No teu aqui e agora, tu és aqui e agora. Sente esse *aqui e agora*! Conhece o seu saber — e estarás onde o teu ser quiser estar."

Carlos respondeu: "Então teríamos de atravessar todos esses 'deverias' e 'devias'… E não seria maravilhoso se…"

Seth replicou: "Só se sentires que tens de os atravessar."

Carlos continuou: "Mas há um conflito aí."

Seth respondeu: "Não há conflitos — a não ser que acredites que eles existem. Sente-te a fluir e a mover-te através das situações da tua vida com a mesma facilidade com que um cabelo cresce da tua cabeça — naturalmente, sem esforço. Sente os acontecimentos que desejas surgir da mesma forma — como cabelos a crescer da tua cabeça.

Segue as tuas crenças. Imagina aquilo a que chamas dúvidas como um belo fenómeno interior e natural — como uma rocha a brilhar ao sol no fluxo do teu ser. São belas e naturais. Não são obstáculos. Tu fluis à volta delas com graça. São parte do teu ser. Agora — lembra-te especialmente desta última frase — e devolvo-te à tua aula."

Seguiu-se uma discussão em grupo sobre as observações de Seth, com alguma discordância quanto ao seu significado. Seth voltou para esclarecer:

"O que quis dizer foi que, frequentemente — e muito menos neste grupo do que o habitual — as pessoas querem uma pílula chamada *verdade*. Tomam-na e todos os seus problemas estão resolvidos. Sabem o que fazer com as suas vidas. Não há decisões a tomar. A pílula resolve tudo por elas. Já não

acreditam muito em pílulas que vêm de frascos, a maioria de vocês, mas agora querem uma pílula *metafísica* — e essa é que há-de resolver tudo."

Mike perguntou: "Seth, o que é isso a que todos chamam iluminação?"

Seth respondeu: "Se soubesse cantar, cantava *'What Is This Thing Called Love'*. Mas não sei cantar."
(Marianne interrompeu: "Isso é uma crença!")

Seth continuou: "A iluminação é uma parte normal da vossa consciência. É uma função da vossa consciência. Existem vários métodos que pensam que vos vão ajudar a alcançá-la. Enquanto acharem que precisam de métodos, andarão de método em método e de mestre em mestre. E o mestre trabalhará de forma muito astuta dentro do vosso sistema de crenças.

Agora, a Françoise trabalhou dentro do vosso sistema de crenças. O vosso amigo (dirigindo-se a Will) também o fez. Em parte, isso é bom — ajuda-vos. Se acreditam que são culpados, procurarão um mestre que vos diga: 'Sim, és mesmo culpado, e vou dizer-te quão vil e sujo és'.

E, de uma forma ou de outra, ele mostrará como fazer penitência pelos vossos pecados. Pode ser à maneira de Françoise. Ou pode ser um guru sábio e benigno que vos dá umas quantas pancadas com um chicote. (Voltando-se para Mary Jo) Não a ti — mas agora que mencionas isso, talvez o teu sistema de crenças te diga que tens de trabalhar muito para obter conhecimento, porque acreditas que não o mereces facilmente."

A Mary Jo contrapôs: "Não acho que isso seja verdade."

Seth replicou: "Eu acho que é! Mas trabalha com as tuas próprias crenças — honestamente — e vê o que pensas quando terminares. Se acreditares que o conhecimento é difícil de alcançar, então será. Mas muitas vezes, como nos exemplos que mencionei, trabalharás dentro de um sistema que espelha essas crenças.

Até certo ponto, isso é benéfico. Aprenderás com isso e verás, dentro desse sistema, o reflexo das tuas crenças. E então começarás a sair desse sistema. Mas muitas vezes, precisas da estrutura do sistema — e da validação — para que se crie um contexto útil. E é através dele que te moves.

Nos casos dessas escolas — de qualquer escola de crença — vais encontrar, por exemplo, alunos que se destacam e iniciam novas vertentes à medida que as suas crenças mudam. Haverá alterações. Mas, em todos os casos, cada um de vocês usa o sistema de crenças para os seus próprios fins. Há benefícios — e mover-se-ão através deles.

Não há fim para a criação de crenças no vosso sistema. Cada uma é um ponto de referência conveniente — uma rocha onde se apoiam por um tempo determinado. E quando digo 'seguir em frente', não estou a falar necessariamente em termos de progresso 'superior' ou 'inferior'. Não falo de crenças que conduzem a um 'topo da montanha da verdade'."

Rick perguntou: "Então para onde é que elas conduzem?"

Seth respondeu: "Conduzem a outras crenças. E a outras realidades. E a outras actividades criativas que expandem a natureza da vossa consciência — a natureza do vosso ser — e abrem dentro de vós a aceitação de novas experiências que aumentam o ser do vosso ser.

Não vos serviria de nada ter agora cinquenta e seis dentes. A vossa boca não os aguentaria. E seria difícil sorrir… ou franzir o sobrolho.

Deixo-vos a ligação com essa analogia. E tu (para Mary Jo), faz as tuas próprias conexões — e não penses na pergunta que estás a pensar fazer, mas sim na que mais seguramente virá a seguir."

Depois de nova discussão, Seth regressou:

"O mesmo se aplica a este grupo. Estão aqui porque estão a começar a acreditar na vossa liberdade — e na vossa integridade. Estão prontos para se sentar e ouvir alguém que vos diga: 'Olha para dentro de ti — conhece-te a ti próprio'. E que, pelo menos, vos ajude a fazê-lo.

Agora, nos vossos termos, tenho algumas boas qualidades a meu favor. E, ainda assim, algumas limitações.Afinal de contas, vocês têm corpos em que vivem todos os dias — e aquilo a que chamam problemas pessoais íntimos, que vos acompanham constantemente. Por outro lado, como eu não estou centrado fisicamente, tenho o tempo, a energia e a inclinação para viajar por outros reinos — e contar-vos as coisas boas que por lá descubro.

Mas recordo-vos sempre que, seja qual for a forma como pensem, a vossa consciência é vossa. As vossas capacidades são vossas. E as realidades que eu conheço não são, necessariamente, as vossas. Eu viajo à minha maneira pela realidade — e vocês viajam à vossa."

Agora escutem!

"De certo modo, e usando uma analogia, vocês são entidades para as moléculas dentro de vós. Nos vossos termos, elas enviam-vos para realidades de sensação e dimensão que elas próprias não compreendem. Vocês tomam, conscientemente, a decisão de conduzir um carro. As moléculas dentro de vós não sabem o que é um carro. Ainda assim, a vossa capacidade de conduzir esse carro depende da existência desses átomos e moléculas. Para elas, vocês aventuram-se numa realidade que lhes é desconhecida. Elas juntam a realidade delas à vossa — e a realidade delas é vívida, variada e real, mas não é a vossa. E, no entanto, faz parte de vós, e elas enviam-vos para fora. Voltando à analogia, em termos de tempo, vocês são aquilo que elas virão a ser.

E agora, ainda dentro da analogia: partes de vós saem como as vossas moléculas, e falam-vos de realidades que vocês ainda não percebem conscientemente, mas que são vossas. Pensem bem nisso!"

Seguiu-se uma discussão sobre os comentários de Seth, voltando-se o debate para os temas do amor e do ódio. Seth regressou:

"Quando uma criança diz a um pai: 'Odeio-te', muitas vezes o pai fica chocado. Diz: 'Não devias dizer isso', ou 'Isso é mau', e a criança aprende depressa a não ser tão honesta! Isto está no meu livro. Mas o que a criança está realmente a dizer é: 'Amo-te tanto, e sinto esse amor tão intensamente. O que me separa dele agora? Como posso regressar a ele? O que aconteceu? O que está errado?' O ódio funciona da mesma forma, independentemente da vossa idade ou das pessoas envolvidas. E se forem ensinados a acreditar que é errado, torna-se então mais difícil regressar ao amor — porque começam a inibir esse sentimento."

O Rick comentou: "Entendo isso até certo ponto, mas estava a pensar… será que, no meu caso ou no de outras pessoas, o ódio que sentimos pela proximidade com alguém — pela frustração com a relação — surge porque

vemos, nessa pessoa, algo que ela *deveria* fazer e não está a fazer, o que nos irrita?"

O Seth respondeu: "Em parte, sim. Quando amam alguém, são capazes de ver aquilo que essa pessoa considera como o seu ideal. Também se tornam conscientes da distância entre esse ideal e a realidade. Mas isso não vos incomoda — aceitam-no, sem focarem nisso. No entanto, devido à vossa identificação com essa pessoa, podem ver nela o vosso próprio ideal — e, ao perceberem que ela se afasta desse padrão, percebem também os vossos próprios 'falhanços'. E isso enfurece-vos duas vezes mais, pois parece-vos que ela está a falhar por si… e por vós."

O Rich concluiu: "Então temos de aprender a ver os outros como seres autónomos e deixar de nos projectar tanto neles."

O Seth respondeu: "Ou, ao menos, tomar consciência dessa identificação. Não existe um ponto único de perfeição. Quando pensam que têm um inimigo, apenas focam na distância entre aquilo que pensam que ele é… e aquilo que o vosso amor vos diz que ele *deveria* ser. E como acham que o ódio é tão errado, deixam de ver as semelhanças entre ele e o amor envolvido. Ficam cegos, por exemplo, aos seus aspectos positivos — e focam-se apenas nas qualidades que vos separam do que ele é e do que vocês gostariam que fosse."

A Marjorie perguntou: "E se alguém que vos ama muito tem um ideal para vós, e sente que não estão a corresponder a esse ideal, e vos diz isso?"

O Seth respondeu: "Não têm responsabilidade nenhuma de corresponder ao ideal de outra pessoa. Apenas de se moverem, com alegria, na direção do vosso próprio ser. Não têm de ser o que alguém quer que sejam."

A Marjorie insistiu: "Mas eu conheço alguém assim, e acredito que talvez haja algo no ideal dele que também faz parte do meu…"

O Seth explicou: "Um ideal é como uma estátua de mármore viva. E nenhuma pessoa viva pode ser isso. Estátuas são imóveis — por isso, são tão perfeitas. Não mudam. Não estão num estado de *tornar-se*. Até uma flor cresce!"

A Marjorie contrapôs: "Mas talvez o ideal seja fazer certas coisas que estejam mais alinhadas com as nossas capacidades do que desperdiçá-las."

O Seth respondeu: "Sente simplesmente o teu próprio movimento interior, o teu próprio *tornar-te*, e segue-o. Mas não aceites a ideia de outra pessoa sobre o que deves ser. Tens de te tornar mais tu mesma — não mais a imagem que outro tem do que deves ser. Não podes ser um espelho onde alguém vê os seus ideais a crescer através de ti. Que essa pessoa materialize os seus próprios ideais — e tu os teus."

A Susan perguntou: "Seth, por que razão, quando penso que já terminei uma relação, e que ultrapassei tudo, essa pessoa volta e a sua intensidade emocional é tão forte que sinto tudo outra vez? Isso perturba-me, porque achava que já estava resolvido."

O Seth respondeu: "Porque ainda estás a brincar contigo mesma — e com a relação. E porque continuas a projectar nessa pessoa capacidades e forças que são tuas, mas que ainda não estás disposta a reconhecer. Sabia que, se fizesses a pergunta, receberias a resposta."

O Bill perguntou: "E todo esse ódio que a pessoa sente e não permite a si mesma expressar — para onde vai?"

O Seth respondeu: "Se não o expressas, reprimes. E podes acabar por voltar esse ódio contra ti mesmo, sob a forma de sintomas físicos — ou através das tuas relações. Mas, se compreenderes que não há nada de assustador nele, então estás livre. Como já disse, o ódio é como uma tempestade de verão. Quando o libertas, ele traz energia — como a chuva que cura a terra. Pode ser canalizado de forma construtiva. É bom e natural. O céu nunca pensaria em conter as suas tempestades. Tem mais bom senso do que isso.

Não temas pensamentos negativos. Isso só acrescenta energia àquilo que consideras negativo. Onde estaria o mundo sem trovoadas, cheias, furacões, terramotos? É assim que a Terra muda e se renova. Negar qualquer emoção é negar um aspecto da tua própria realidade — e isso é literalmente impossível.

Deixa fluir — e ninguém sairá magoado. O universo não tem medo do teu ódio. Pode acolhê-lo sem esforço. Cada ser tem os seus próprios mecanismos de defesa e energia. O teu ódio, mesmo dirigido a outro, não os magoará.

Agora… mais uma pergunta da plateia?"

A Ingrid perguntou: "E quando alguém sente tanto ódio por ti, e isso magoa-te, porque tu não sentes ódio por essa pessoa? Se essa pessoa te odeia tanto e te causa tanta dor, não é legítimo que tu também sintas ódio, para deixares de te magoar?"

O Seth respondeu: "É perfeitamente natural e não há nada de que te devas preocupar. É uma forma de comunicação — e, como tal, aceita-a como isso."

A Ingrid: "Então ela odeia-me, eu odeio-a, e continuamos neste ciclo de ódio?"

O Seth respondeu: "Se deixares a situação como está, ela mudará por si. Nenhuma emoção dura para sempre — tal como uma tempestade ou uma tarde de sol. As emoções fluem. Deixa-as seguir o seu curso."

O Bob perguntou: "E o medo — por exemplo, medo de falar com alguém?"

O Seth: "De quem tens medo de falar?"

Bob explicou de forma geral a sua relutância em falar com pessoas em diversas situações, até mesmo em dizer "olá".

O Seth respondeu: "Então, deves trabalhar com as tuas próprias crenças e descobrir a origem do medo. Mas aceita-o como uma emoção. É como uma cólica — no teu tempo. Só se o exagerares é que se torna mais complicado. Mas descobre tu mesmo o motivo desse medo — e porque, apesar de amares os outros, tens medo que não te amem de volta — e por isso hesitas em aproximar-te."

(Alguém na sala, a acenar para chamar a atenção de Seth):
"Foi o vento que causou isso!"

O Larry perguntou: "E se as pessoas te amam e tu tens medo de as amar de volta?"

O Seth respondeu: "Segundo ponto: tens de te esforçar mais! Trabalha com as tuas crenças. Descobre por ti próprio porque tens medo. Escreve tudo o que te vier à mente quando colocas essa questão a ti mesmo, e aceita as respostas que receberes. Mas, só por receberes certas respostas, não quer dizer que devas simplesmente cruzar os braços e dizer: ‘Ah, eu tenho medo

de amar por causa disto ou daquilo'. Podes dizer: 'Estas são as crenças que me impediram de aceitar o amor, mas já não as aceito'.
Ou então: 'Tenho medo de me magoar, ou de me mostrar vulnerável'. Mas estas são questões que tens de colocar a ti mesmo — aceitar as respostas — e depois pô-las à prova. Nenhuma resposta é irrelevante. Segue as respostas. Diz: 'Sou um homem de tal idade, e se já não quiser acreditar nisto… então não acreditarei'. E, quando tiveres feito isto, volta a falar comigo."

"Não tenhas medo da vulnerabilidade do teu amor, nem da tua paciência. Não tenhas medo de estar aberto. Uma árvore move-se com o vento — é vulnerável — e por isso cresce. Se tentasse manter-se rígida, quebrar-se-ia e morreria."

A Paula perguntou: "E como se enquadra a depressão nisso tudo?"

O Seth respondeu: "É demasiado para entrarmos em detalhe agora, mas tratei disso no meu último livro. Não se 'cai' simplesmente em depressão. As tuas crenças usam a depressão."

A Paula: "Então o mesmo que disseste ao 'Pan' para sair do medo, aplica-se para sair da depressão?"

O Seth: "Enfrenta a depressão. Segue os sentimentos até ao fim — mas lembra-te de que são sentimentos — tal como as crenças são crenças. Há uma diferença entre sentir 'não sou bom o suficiente, sou indigno'... e de facto ser indigno. Podes ser um sucesso absoluto aos olhos do mundo e, mesmo assim, sentir que não és bom o suficiente. Por isso, ao examinares ou sentires os teus sentimentos, lembra-te de que são sentimentos — e não definições da verdade. E isso permitir-te-á ir além deles."

"E agora, depois da nossa longa sessão de perguntas e respostas, devolvo-vos às vossas próprias perguntas."

AULA DE PES 17 de Julho de 1973

John, um convidado nessa noite, falava sobre o ego e a ideia da aniquilação do ego. Seth juntou-se à conversa:

"Há aqui um ego muito antigo que simplesmente se recusa a ser aniquilado."

"Mas vocês estão a brincar com os termos. O eu que conhecem agora — chamem-lhe o que quiserem — esse eu não é aniquilado. Ele é inviolável. Não é engolido por um super-Deus ou por um anti-Deus, nem se dissolve em êxtases de felicidade. Nem no céu, nem no nirvana, nem mesmo num inferno criado por vocês. Não se livram de vós próprios assim tão facilmente."

"Não vou fazer um discurso de 7 ou 11 páginas, mas quero que percebam: o eu que conhecem — esse que se cruza com a vossa condição de seres físicos — é inviolável. É precioso. E, nos vossos termos, é imortal — embora esteja sempre a mudar."

"Vai haver um livro chamado *Inside-Outside*, já agora. Digam ao Ruburt que eu disse isso."

"A vossa condição física dá-vos exatamente as experiências que precisam — as que quiseram — e que trouxeram à existência para vos levar exactamente onde pretendem ir. E quando disserem: 'Mas eu nem sei para onde quero ir'... bem, é com isso que estão a lidar. E, quando saírem dessa estrutura, terão feito algo."

Jane pediu a Jeff que repetisse o que Seth tinha dito. Quando Jeff começou, Seth voltou para clarificar:

"Sabem por que razão mostro a minha personalidade de forma tão... exuberante? Para vos mostrar que as vossas personalidades continuam a existir. Eu não preciso destas características para dizer o que tenho a dizer — já referi isso antes — o meio é a mensagem. Mas o que digo está não só no que é dito, mas no que acontece e no que *não* é dito."

"O ponto essencial é: a vossa individualidade importa. O vosso ser, tal como o conhecem, importa. E ele continua."

"Não me podem confundir com mais ninguém. E eu não vos confundiria contigo, Rich, com mais ninguém. O teu ser é único — tal como o meu. Agora, deixo-te continuar e veremos o que pensas que eu disse!"

(Seguem-se 4 minutos de Sumari – cântico improvisado semelhante a Ima Sumac.)

Aventuras na Consciência: Psicologia dos Aspectos
AULA DE PES 24 de Julho de 1973

A Jane tinha conduzido a turma numa experiência sobre mobilidade da consciência e contou sobre algum material que recebera nesse dia acerca dos Aspectos. Fred estava a falar sobre interpretação de sonhos quando Seth entrou na conversa:

Seth: "Agora, uma pequena nota sobre o que o nosso amigo estava a dizer:

Nos vossos termos, quando estão acordados, esquecem-se das vossas outras vidas, da mesma forma que vos parece que esquecem os vossos sonhos. Essas vidas são tão vívidas como sonhos vívidos que vos parecem esquecidos. Os seres que habitam esses sonhos, na sua realidade, por vezes esquecem-se de vós. No entanto, noutros níveis de consciência, lembram-se de vós, assim como vós, noutros níveis, vos lembrais deles.

Agora, nos pequenos, inocentes e preliminares exercícios que Rubert vos deu esta noite, experimentaram o mais pequeno salto de consciência – como um gafanhoto. Saltaram, ou tentaram saltar, de 'agoras' para 'agoras'. Alguns de vós, Rubert irá abordar nos seus Aspectos. Mas pensem em vós próprios como pobres criaturas abandonadas, esquecidas pelos vossos próprios sonhos, e pensem como os vossos seres oníricos se sentem sós, esquecidos por vós!

Mas, com outro pequeno salto de consciência, não há tal coisa como uma memória perdida. Pois algo que é, é sempre agora. Rubert, nos seus Aspectos de hoje, usou os termos 'o eu conhecido' e o 'eu desconhecido'. E o que estão a tentar fazer é tornar-se, enquanto eu conhecido, mais conscientes daquilo a que chamam 'o eu desconhecido'. Querem que o vosso não-saber se torne em saber. Mas a vossa vasta criatividade nunca poderá ser contida no raio do vosso saber presente e, em certa medida, estarão sempre a perseguir o não-saber do vosso saber. Mas podem tornar-se mais

conscientes, e conscientes no vosso agora, desse não-saber, e trazê-lo para o que consideram a vossa consciência do presente."

A Mary Jo: "Quando estávamos a discutir sobre examinar crenças, a Jane estava a falar sobre examinar crenças invisíveis usando o pêndulo. Eu costumo descobrir as minhas crenças através das minhas reações – a algo externo. Se reajo de forma muito defensiva, ou se fico irritada com algo, isso revela-me uma crença que tenho. É assim que se descobrem as crenças visíveis, e as crenças invisíveis são aquelas que não se veem?"

O Seth: "Também pode ensinar-te sobre crenças invisíveis, à medida que continuares a trabalhar com o método que costumas usar. É um bom método para ti."

A Mary Jo: "Se me sentasse sozinha, sem influência externa, e tentasse, usando o pêndulo, descobrir em mim crenças mais escondidas, isso seria mais eficaz – chegaria a elas mais facilmente do que observando as minhas reações em diferentes situações com pessoas ou acontecimentos?"

O Seth: "Agora, para ti, pessoalmente, o método que estás a usar é o melhor. Precisas de ver as tuas reações em relação à realidade exterior, e testas-te frequentemente dessa forma. Por isso, para ti, esse é um bom método e, com tempo e aprofundamento, irás de facto descobrir essas crenças invisíveis através das quais observas o universo."

A Mary Jo: "Mas ainda há muitas coisas que, ao tentar usar este método, vejo que estão muito encobertas. Não vêm ao de cima – sei que estão lá."

O Seth: "Agora, devolvo a nossa amiga à aula." (Marjorie fala com Seth) "Mais uma! E depois devolvo-vos a vós mesmos."

A Marjorie: "Disseste há pouco que estaremos sempre, em certa medida, a perseguir o não-saber? Aqui?"

O Seth: "Não podes, na tua condição de criatura, conter todo o eu desconhecido. Partes de ti permanecerão desconhecidas, porque o teu cérebro não consegue interpretar algumas dessas partes para ti."

A Marjorie: "Não há nenhuma parte que consiga?"

O Seth: "De facto, pode haver um reconhecimento muito maior, e há métodos que te ajudarão a alcançar isso. E isso acontece, nos teus termos, constantemente. Cresces no teu eu conhecido a partir da fonte desconhecida do teu ser. Tu és, enquanto estás aí sentada, a materialização do saber, a crescer do não-saber. És tu própria, portanto, a emergir, consciente, a partir das partes desconhecidas de ti mesma, e podes tornar-te mais conscientemente ciente do eu desconhecido. Podes trazer partes dele para a tua experiência presente, e podes fazê-lo aprendendo a reconhecer os aspectos do eu desconhecido no eu presente que conheces. Mas isso virá através dos Aspectos de Rubert."

O Wade: "Seth?"

O Seth: "Meu querido velho amigo – mais uma vez!"

O Wade: "O Tudo O Que É conhece a parte de Si que somos nós. Será que..."

O Seth: "O Tudo O Que É conhece-se, de facto, e desperta para si mesmo como vós."

O Wade: "A parte que nos enviou é semelhante ao Tudo O Que É, e conhece cada parte de nós?"

O Seth: "Assim é."

O Wade: "Há alguma forma de nos tornarmos conscientes da parte que nos enviou?"

O Seth: "Há, de facto."

O Wade: "Qual é?"

O Seth: "Conhece-te a ti mesmo."

Após o intervalo da aula, Marjorie falava de um sonho em que, embora viesse para a aula, parecia mais que vinha para uma festa. Seth regressou:

O Seth: "Agora, vens na alegre ocasião do ser terreno, e não tens de trabalhar para isso. Vieste no conhecimento jubiloso de ti mesma, e prefiro que sintas que vieste a uma festa do que a uma aula, e que reconheças a cerimónia espontânea e ainda assim disciplinada das tuas próprias crenças, e confies

nisso, em vez de em qualquer memória exterior. Pois os átomos e moléculas dentro de ti dançam e cantam alegremente, e têm a sua própria cerimónia lúdica, sobre a qual a tua consciência séria flutua. Eles não são sérios. Confiam na realidade e alegria do seu próprio ser, e tu podes aprender com isso.

Isto não quer dizer que seja errado ser sério. Estás a brincar quando és sério, quer te apercebas disso ou não – e de forma jubilosa, com a tua própria mente e os teus próprios sentimentos; como um dia pode ser escuro e sombrio, e ainda assim cheio de vitalidade e energia.

Portanto, mesmo nos vossos estados mais profundos de depressão, estão cheios da energia, vitalidade e alegria do vosso próprio ser. De onde mais poderia vir tal energia, senão para sustentar as depressões que alguns de vós sentem por vezes? Mesmo os cantos mais escuros dentro de vós repousam sobre a alegria inata do vosso ser.

Agora, monopolizei a aula e dei ao nosso escriba aqui muitas horas de trabalho há apenas pouco tempo. Quis dar-lhe um descanso e também permitir-vos ouvir as vossas próprias vozes – sentir os vários aspectos da vossa própria realidade – sentir o "agora". Mais uma vez, enquanto olham para mim e me ouvem, eu torno-me a realidade e o agora. Bem, vou pregar-vos uma partida e devolver-vos esse "agora". Deixem que esse agora vos atravesse e percebam que é vosso, e a alegria e vitalidade dos vossos próprios seres.

E agora despeço-me com um tranquilo, pacífico e esotérico "boa noite".

Durante a discussão sobre os comentários de Seth, Rich perguntou como seria se ele (Seth) viesse todas as semanas e tudo o que dissesse fosse para sentirmos a alegria e a vitalidade. Seth voltou de forma abrupta e enfática:

Seth: Então, talvez, alguma semana, vocês a sentissem!

FIM DA GRAVAÇÃO

AULA DE PES 31 de Julho de 1973

A aula começou com uma discussão abrangente sobre acontecimentos da semana anterior. Wade tinha trabalhado no festival de música "Summer Jam" em Watkins Glen. Partilhou as suas impressões sobre o evento. Robert, um visitante nessa noite, falou sobre a actividade de um jovem maharaja de 15 anos, aparentemente representado como um discípulo da paz e manifestação do amor dos seus seguidores. Neste ponto, Seth juntou-se à conversa, falando especialmente devagar e com grande ênfase:

Seth: Agora, desejo-vos uma boa noite. Se estiverem dispostos a ouvir um artesão imperfeito que não é a fonte da paz, mas espera conduzir-vos à fonte da criatividade dentro de vós – que pode ou não ser pacífica...

Não há fim perfeito que devam atingir. Agora, aqueles de vós que têm as nossas sessões semanais devem relê-las cuidadosamente, pois muitas frases estão mais carregadas do que pensam. Por isso, não há um fim perfeito a alcançar, e, desde já vos digo, esta é uma frase carregada! Nos vossos termos, como já vos disse, não há perfeição que signifique o fim do tornar-se, e não há fim para o tornar-se.

Para esclarecer algumas interpretações: não estão de regresso de um reino mais elevado, melhor, mais espiritual, mais avançado ou mais perfeito – não nesses termos. Não estão degradados por serem humanos.

Estou a falar devagar para que, com sorte, estas palavras imperfeitas vos possam tocar!

Cada um de vós é perfeito, ainda que não exista perfeição. Cada um de vós é a essência do ser agora, no momento tal como o compreendem. Cada um de vós é a fonte de energia e amor, agora, neste momento. Estão a usar a vossa energia agora para formar o milagre do vosso ser.

Não existem mestres perfeitos. Se existissem, seriam vocês próprios. Há algumas personalidades bastante animadas que conseguem saltar como rãs de uma realidade para outra. Eu sou como um velho avô-rã na beira de uma folha de nenúfar, a gritar num crepúsculo multidimensional para todos os que queiram ouvir e compreender.

Para a minha Senhora de Veneza*, não estou a comparar-vos a todos com rãs. Por favor, compreendam a natureza de uma analogia. Ela franze o sobrolho mentalmente antes de o fazer fisicamente, tal como, claro, todos vós o fazeis!

No vosso festival de rock, os indivíduos vão para lá para sentir a sua própria energia. A energia colectiva presente em tais ocasiões dá a cada participante um vislumbre da energia do seu próprio ser, na qual então participam. Muitos, projectando o seu amor para fora dessa forma, não dão o salto que tu deste (para Robert), mas vêem para sempre, na massa, a fonte de um amor que deve vir de si mesmos, e procuram-no para sempre fora de si, noutro.

A energia que se espalhou a partir dos meus livros aconteceu, nos vossos termos, há muito tempo… a partir da primeira experiência de Rubert, na qual, à vossa maneira, cada um de vós esteve envolvido. Pois a sua experiência com "Construção de Ideias", a outros níveis, foi também vossa. O que acontece aqui, e o que não acontece aqui, tem mais a ver com a vossa vida diária do que talvez se apercebam, e eu não chamei à nossa visitante de Veneza "Senhora de Veneza" apenas por causa do nome que usa.

Podem dizer a Rubert que aprovo os seus "Aspectos".

Agora devolvo-vos à aula e às vossas buscas por perfeição. Dou também as boas-vindas aos que estão aqui esta noite vindos de longe – aqueles que estão atrás de mim e estes aqui presentes. Há sempre uma razão para as visitas, tal como há uma razão para a minha visita.

(SENHORA DE VENEZA: Professora, Veneza, Califórnia)

Nos vossos termos… nos vossos termos… como o velho amigo de Rubert, Robert Frost, "Tenho promessas que fiz, e que irei cumprir."

A discussão sobre os comentários de Seth seguiu. Mike falou da alma, e da sua alma em particular, e do que pensava ser a sua relação com ela. Seth voltou:

Seth: A alma não é algo que tenham, como um bom sobretudo. Vocês são uma alma. Não a possuem, nem ela vos possui. Se sentirem a vossa presença e ouvirem o vosso ser, podem apanhar a alma a acontecer.

Mike: Mas também falas de partes de nós que a nossa condição de criatura não pode compreender agora.

Seth: De facto, falo, e já disse, e Rubert também, que são deuses envolvidos na condição de criatura. Envolvidos… envolvidos… sustentados. Não são deuses pendurados na condição humana. Não são deuses abandonados na criatura. São deuses acolhidos na criatura.

Muitas das vossas perguntas estão além de respostas nos termos em que as colocam. Mas tentem formular perguntas para vós mesmos de forma não-verbal. Agora, podem fazê-lo. Será um exercício exigente para muitos de vós, mas os vossos sentimentos por si só formarão perguntas antes de as traduzirem em palavras e, deixados por si, esses sentimentos – essas perguntas sentidas – trarão as suas próprias respostas. E compreenderão essas respostas a esse nível e, mais tarde, talvez consigam verbalizá-las até certo ponto, para vos deixar felizes!

Mike: "Se consegues verbalizar algo, isso significa que o compreendes mais completamente?"

Seth: "Significa que pensas que o compreendes mais completamente… pode muito bem ser que, agora, tenhas distorcido tudo. E sei que me compreendes nesse ponto — e sei que me compreendes quando te permites a ti próprio!"

Mike: "Quando estás a falar com alguém e essa pessoa te faz uma pergunta, ou diz algo, e… seja qual for a tua resposta, ela está logo ali presente, mas não te apetece abrir a boca — essa pessoa capta a mensagem?"

Seth: "Claro que sim. E esse é o tipo básico de comunicação sobre o qual as vossas linguagens se fundam.

Agora, na vossa realidade, constroem os vossos sentimentos e pensamentos de forma exterior e, assim, aprendem como é verdadeiramente o vosso ambiente interior. Olham para fora e percebem o estado do vosso psiquismo interno. Nem todas as realidades são iguais. Algumas realidades, nesses termos, não mostram nada para o exterior, e projectam toda a sua realidade para dentro, onde, nos vossos termos, pareceria não haver qualquer actividade. Se tal fenómeno pudesse existir, e pudessem vê-lo na vossa realidade, poderia aparecer, por exemplo, como uma rocha a não fazer nada, e parecer-vos morta. Com toda a sua realidade projectada para dentro, e toda

a actividade, nos vossos termos, puramente mental e interior, poderiam, por exemplo, ver uma noz castanha e pensar que era tudo o que havia.

Agora, estou a dar-vos várias pistas — para aqueles suficientemente atentos para perceberem o que estou a dizer e fazerem as devidas ligações. E com isso, devolvo-vos novamente!"

Mary Jo: "Posso fazer uma pergunta?"

Seth: "Podes, claro."

Mary Jo: "Fico a pensar sobre qual é a experiência, quando o Seth fala comigo. A base sobre a qual confio no que ele diz está na forma como sinto que sou vista — que não é como as outras pessoas me vêem. Já tive essa experiência algumas vezes."

Seth: "Significa que estás a ver-te a ti própria como verdadeiramente és. Sabes que eu te estou a ver como és, mas, inicialmente, és tu a veres-te como tu mesma."

Mary Jo: "O que é que tu vês que os outros não vêem?"

Seth: "O eu que ainda não conheces, mas em que confias e sabes que está aí… os teus potenciais — nos teus termos. Gosto de falar contigo porque te faz sorrir!"

DISCUSSÃO:

Seth: "Agora, estou a fazer-vos confrontar-vos convosco mesmos — e são vocês que se estão a fazer confrontar. Mas, em certos termos, há um tipo de aceleração da consciência na qual estão realmente envolvidos, e essa aceleração exige que trabalhem com os conteúdos do vosso próprio psiquismo. Se as perguntas que fazem são, em última análise, significativas, então são importantes e vitais, porque aceleram em vós certas funções… funções de um tipo diferente de intelecto.

Agora, estão habituados a pensar em termos de superior e inferior. Por isso, para vos ajudar a compreender, a partir do ponto em que pensam estar, usaremos por agora os mesmos termos. Ou seja, diremos que certas perguntas aceleram em vós as funções de um intelecto mais elevado, e

abrem canais dentro de vós que são inerentes à vossa condição humana — canais que vos atravessam enquanto criaturas e vos levam a outras dimensões, que no entanto têm de se cruzar com essa condição. Essas acelerações alteram então a natureza da vossa existência enquanto criaturas e modificam a consciência da vossa espécie em termos físicos.

Quando aprendem nestes termos, e volto a dizer: leiam cuidadosamente esta sessão — quando utilizam este intelecto superior, provocam alterações físicas na vossa própria natureza como criaturas. E aquilo que é possível para um grupo, é possível para muitos.

O que estou a dizer tem uma importância que não é verbal — cada um de vós compreenderá intuitivamente, ainda que não consiga pô-lo em palavras. As mudanças de que falo ocorrem à medida que falo, através da interação desta energia com a vossa própria energia.

Pensem e ouçam… estou a pegar numa ideia de Rubert… imaginem cães a tentar aprender matemática e, mais ainda, a tentar comunicar um problema complexo aos seus companheiros. Que latidos estranhos!"

"Um problema de matemática" Seth retirou-se, e os Sumari apareceram com uma canção. (FIM DA GRAVAÇÃO)

Seth regressou:

"Agora, despeço-me de todos vós com um caloroso 'boa noite'. E estou consciente daqueles que me falam, mesmo que não tenham oportunidade de o fazer em voz alta na aula. E vocês devem estar conscientes do reconhecimento que vos dou — e das perguntas que vos devolvo, caso não dê respostas.

Haverá duas aulas específicas de sonhos esta semana para aqueles que quiserem participar — e vamos ver quantos se lembrarão na próxima semana. Espero que alguns se lembrem, mas depois tenho também de lidar com as vossas expectativas!

E novamente, numa dessas noites, quando eu vos disser que irão sentir a vossa própria energia… irão senti-la — e reconhecê-la como verdadeiramente vossa, e sentirão um arrepio de reconhecimento!"

AULA DE PES 14 de Agosto de 1973

A aula começou com uma discussão sobre sonhos colectivos da aula durante a semana anterior. Vários membros lembravam-se de sonhos de aula que ocorreram na mesma noite, e com um tema comum. Seth entrou na conversa:

Seth: "Agora, são vocês que escolhem o tema dos vossos sonhos… não sou eu. E por algum tempo, a aula fornecerá o tema dos vossos sonhos de grupo — ou melhor, serão vocês a fornecê-lo, como têm feito. Cada um, à sua maneira, interpretará o tema, irá desenvolvê-lo e aprenderá as suas próprias lições a partir dele. E fizeram-no muito bem! A maioria das correlações são óbvias. Mas deixem-me fazer alguns comentários.

A criatividade é permissiva, é livre e lúdica. E da sua ludicidade e liberdade nasce a sua própria estrutura alegre — e essa estrutura é espontânea. Mas é uma estrutura."

"A autoridade, a polícia e o estado policial representaram muitas coisas diferentes para cada um de vós, individualmente. No entanto, se policiam as vossas ideias e crenças, colocam-se a si próprios numa prisão. E se têm medo de ouvir as crenças dos outros com as quais não concordam, constroem as vossas próprias grades. E se não conseguem reagir de forma lúdica perante aqueles que sustentam crenças diferentes das vossas, então ainda têm muito a aprender sobre o que significa ser Sumari.

O estado de sonho é um estado livre e criativo. Ainda assim, mesmo nele podem encontrar barreiras rígidas e crenças limitadoras. Mas, ao enfrentá-las e reconhecerem o que são, podem também perceber o poder da vossa própria criatividade. Vejam como pegaram num único tema e o desenvolveram nos vossos sonhos, primeiro para benefício pessoal, e depois para benefício do grupo. Pois aquilo que aprenderam, comunicaram aos outros — e muitos de vós que não se lembraram dos sonhos de aula, tiveram-nos mesmo assim!

A imagem rígida e autoritária pode ser projectada para o exterior ou reconhecida como uma tendência dentro de vós. Se forem capazes de tratá-la com leveza quando a encontram fora de vós, então também o serão quando a encontrarem no vosso interior — e não sentirão necessidade de encostar

nenhuma rapariga à parede! E isto para lá do facto de que a rapariga em questão precisava da experiência, e até a procurou à sua maneira. Prestaram-lhe um serviço, e ela prestou-vos outro — o que, claro, se aplica à aula da semana passada.

Gostava também que reflectissem sobre a diferença na forma como a rapariga e o rapaz falaram das mesmas ideias. Os Sumari são criativos. São inventivos, alegres e, por vezes, impacientes. Como disse, não ficam por perto para cortar a relva. Mas cortar a relva, em certos níveis da realidade, é bastante importante. E ficar por perto a rir-se de quem corta a relva, de quem cuida do que vocês criaram e iniciaram — zombar dos cuidadores — não é motivo de orgulho.

Tal como na semana passada escolheram o tema do sonho, esta semana também o farão. E não vos direi qual é o tema, pois será vosso. Mas haverá um momento, com a vossa entusiástica cooperação, em que irão transcender-se a vós mesmos e às vossas capacidades no presente, e terão uma experiência onírica clara, na qual os acontecimentos, as circunstâncias e o ambiente estarão todos em harmonia. Não compreendem totalmente que os vossos sonhos são reais e têm validade.

Ou mesmo, meu caro amigo, que a vossa intenção — a vossa intenção — tem em si uma realidade que se acumula em energia noutros níveis da existência, e trabalha a vosso favor. A nossa amiga aqui (Sue) teve um sonho — contado, creio eu, na semana passada — no qual, no planeta Júpiter, estava a construir uma casa que depois foi automaticamente construída aqui. E assim são as vossas crenças e expectativas, automaticamente manifestadas aqui. No estado de sonho, são muito mais criativos do que reconhecem.

Agora, os vossos sonhos não são apenas individuais e importantes a nível pessoal, mas, no contexto da aula, há um gestalt colectivo, no qual os vossos sonhos individuais ganham um significado ainda maior, e onde cada um de vós está a fazer a sua parte na construção de realidades que ainda não compreendem.

Agora dou as boas-vindas aos que estão aqui esta noite, incluindo o amigo do Rubert (Denny), e devolvo-vos a esta aula de sonho. Espero que os vossos outros ‘eus’ despertem e se lembrem do que sonharam, da aula de sonho a

que assistiram, e que, quando vos perguntarem sobre os vossos sonhos — e em que noite foram —, se lembrem desta aula!"

(Risos e discussão. Seth regressa:)

Seth: "Esta é uma bela interpretação da sessão de Seth. Vamos ouvir o que ele tem a dizer."

Após uma breve discussão dos comentários de Seth, ele regressa, referindo-se novamente à rapariga e ao rapaz que mencionou antes, e à situação que se desenvolveu com eles na aula da semana passada:

Seth: "Em breve terão o vosso intervalo. Mas o tema essencial aqui é a ideia de superioridade. Quando sentem que são superiores a outro ser humano, então não estão a pensar criativamente. Estão a pensar em padrões antigos e rígidos. São incapazes de ver a singularidade de cada indivíduo e a criatividade de cada ser. Projectam os vossos próprios interesses nos outros e reagem a eles. Partem do princípio de que é melhor criar do que cuidar, porque fazem uma distinção entre criatividade e cuidar… e essa distinção não existe.

O vosso corpo, de certa forma, ajuda-vos continuamente a criar o vosso ser físico e, de outra forma, é o vosso cuidador. Porque ele, nos vossos termos, continua essa criatividade constante. É um cuidador porque acompanha alegremente a intenção criativa original, que é, no entanto, eternamente fresca e nova.

Já que estamos a trabalhar com uma analogia, falemos do relvado: nenhuma lâmina de relva é igual a outra, e o relvado de ontem não é o relvado de amanhã, nos vossos termos. O relvado é também uma forma — e uma forma criativa.

Vamos levar esta analogia mais longe. A criatividade conhece a sua própria estrutura. É por isso que, espero eu, só têm dois cotovelos — e não cinco, seis ou sete — porque há um cuidador… certo?... que mantém a forma criativa. E assim não continuam a criar dedos dos pés, orelhas e dentes para sempre num único corpo. Criativamente, mantêm a forma."

Rick: "Estas formas existem para sempre?"

Seth: “Em certos termos, as formas existem para sempre — pois aquilo que é, é — e nunca é aniquilado. E cada ser conhece a sua natureza inviolável, razão pela qual, em geral, cada um de vós nesta sala tem duas orelhas e dois olhos — e não seis, sete, cinco, um, três ou oito.

Pensem… em como, nos negócios, na arte, na dança, nos sonhos ou na vida quotidiana, a criatividade se manifesta em forma, e como essa forma deixa uma impressão criativa — e como sabe, de si mesma, em que direção deve fluir, crescer e viver. Pensem nisso e depois digam-me o que acham de criadores e cuidadores. Agora devolvo-vos à vossa aula de cuidadores criativos.”

Rick começou a relatar a Jane o que Seth tinha dito. Falou sobre a criação de sentimentos e realidades, quando Seth regressou para esclarecer:

Seth: “Vocês criam os sentimentos que criam a vossa realidade. Agora continuem.”

Após nova tentativa de Rick de explicar os comentários de Seth a Jane, Seth voltou, falando novamente directamente com Rick:

Seth: “Vocês criam o corpo que cria os sentimentos que criam a vossa realidade!”

Após a discussão dos comentários acima, a conversa passou para uma experiência da semana anterior, envolvendo vários membros da aula e uma empregada de mesa num restaurante local.

Seth regressou, dirigindo-se a Larry e explicando os motivos e sentimentos que estavam por detrás da situação que se desenvolveu:

Seth: “Agora, vou devolver-vos à aula, e o Rubert vai fazer uma pausa, mas ambos estão a lidar com sentimentos de superioridade. Ambos se sentiram superiores e ambos se sentiram restringidos. Sentiram-se também limitados, sufocados e privados daquilo que consideravam o vosso direito. Ora, ela também sentiu o mesmo — de uma forma completamente diferente — e por isso, ambos, até certo ponto, sentiram-se superiores… e ambos se sentiram limitados.

Ela sentiu-se restringida pelas circunstâncias, e interpretou o vosso comportamento de acordo com as suas próprias preferências, tal como vocês interpretaram o dela. Mas nenhum de vós foi suficientemente lúdico ou sábio para sentir qualquer compreensão pelo outro, nem simpatia, nem para construir qualquer ponte."

"E tu, com o conhecimento de base que te foi dado, podias ter construído pontes. Podias ter sido brincalhão, expansivo e criativo de uma forma que, nos teus termos, teria encantado a outra pessoa, melhorado a noite dela e, ao mesmo tempo, permitido que obtivesses o que querias. Ambos poderiam ter triunfado com alegria.

Estavas a reagir dentro de... agora ouve-me... um sistema de crenças no qual te sentias oprimido, discriminado — mas ela também. Portanto, o que aconteceu deu-se dentro de um teatro de crenças semelhantes e, por isso, dentro desse teatro, o desfecho era previsível. Mas podias ter quebrado o papel. Agora devolvo-te ao teu papel... depois de uma pergunta!"

Rick: "Se criamos os nossos sentimentos (certo?), porque é que as pessoas..."

Seth: "As tuas crenças criam os teus sentimentos."

Rick: "Então porque é que as pessoas começam por formar crenças que criam realidades sem alegria para si mesmas?"

Seth: "Pensa nisso, e depois do intervalo discutiremos. Quando tiverem algumas ideias, começaremos com elas."

Após o intervalo, a discussão continuou e eventualmente passou para a questão da possível destruição da Terra ou da humanidade. Will estava a falar quando Seth regressou:

Seth: "Agora, com licença, não há nada mais mortal do que o Nirvana. Pelo menos os vossos conceitos cristãos oferecem-vos uma ténue esperança de um paraíso monótono e mortal, onde pelo menos a vossa individualidade pode realizar-se. O Nirvana não oferece tal consolo. Em vez disso, oferece-vos a dissolução da vossa individualidade numa bem-aventurança que destrói a integridade do vosso ser. Fujam dessa bem-aventurança!

Agora, tomo o nosso pobre amigo ali (Will) como exemplo, mas não levem isso demasiado a sério. Há vários pontos por dizer, e ligações por fazer, que espero que alguns de vós descubram. E estarei atento para ver se os compreendem.

A criatividade dos vossos próprios seres, nesta sala, seria suficiente para manter um planeta inteiro. Por isso, não desesperem."

Os Sumari entraram com uma canção, que foi interpretada por vários membros da turma. Seth voltou:

Seth: "Têm tido sonhos sobre estados policiais, sobre autoridade e disciplina. Esta noite também houve um gatinho na aula (FIM DA GRAVAÇÃO) e duas pessoas com instrumentos musicais — por isso, quero que sintam o outro lado da moeda. Cabe-vos a vós escolherem o tema do sonho para a próxima semana.

O Rubert tem algo em mente, com o qual concordo, por isso devolvo a aula a ele — e a vós."

AULA DE PES 21 de Agosto de 1973

A aula começou com uma discussão extensa sobre os sonhos da semana anterior. À medida que se exploravam correlações e temas comuns, Seth entrou na conversa:

Seth: "Boa noite. A primeira lição que ensinaram a vós mesmos no estado de sonho tem a ver com a continuidade da vossa própria experiência nesse estado. O simples facto de tantos de vós terem usado os mesmos símbolos e ideias; de terem concordado em tantas questões objectivas que surgiram nos vossos sonhos. Não concordaram quanto à mesma sala, nem quanto às mesmas pessoas, mas as semelhanças eram óbvias para cada um de vós. Podem ver por vós mesmos como, no estado de sonho, estavam a trabalhar questões que vos preocupam. Podem ver também uma grande troca, um dar e receber, à medida que criavam imagens, permitiam que outros as usassem, e usavam algumas para vós próprios — e, de um tecido comum, cada um de vós criou sonhos originais que não se repetiam. E, ainda assim, os mesmos temas apareciam repetidamente, tornando-se óbvios à medida que falavam.

Agora, há coisas sobre as quais concordam na realidade física: as mesas, as cadeiras, os vossos corpos tal como os vêem. Há muitas coisas em que concordam e, quando falam com beleza, geralmente há consenso sobre o que foi dito. O que quero que compreendam é que também no estado de sonho existem acordos. Há coisas sobre as quais concordam. Existe ordem no que pode parecer caos. E existe memória naquilo que, por vezes (para a Marianne), pode parecer amnésia! Quero que vejam a semelhança, o dar e receber, a comunicação; a ordem que surgiu nos vossos sonhos. E depois quero que tentem perceber o que significam certas questões individuais — como as nacionalidades estrangeiras, por exemplo.

Assistiram a uma demonstração muito simples, dada por vós mesmos, sobre a natureza do estado de sonho. E sobre o vosso próprio trabalho contínuo — e lúdico — e a validade que aí têm… a continuidade que existe entre o estado de vigília e o de sonho, tal como os compreendem. Não estão temporariamente loucos… pelo menos não quando dormem!… alguns de vós podem estar loucos quando estão acordados, andam contra vidros e põem-se a arder na cozinha, mas não podem dizer que estão loucos quando dormem, nem que aí não há ordem!

Agora, os nossos alunos regulares reconhecem o meu sentido de humor, por isso sabem quando estou a brincar e quando não estou. Não estou a dizer que estão loucos quando estão acordados. Quero que reconheçam a continuidade da vossa consciência à medida que esta atravessa estes limiares de actividade. Muitas vezes, enquanto sonham, não têm consciência do vosso eu acordado — mas, quando acordados, raramente têm consciência do vosso eu sonhador. Tentem agora, sem registo, por exemplo, lembrar-se das vossas actividades em sonho. Mas, quando estão a sonhar, tentem lembrar-se das vossas actividades do estado de vigília. E, no entanto, há uma grande continuidade, nos vossos termos — pois, claro, ambos existem ao mesmo tempo. Agora devolvo-vos..."

Marjorie ergueu a mão: "Por favor..."

Seth: "...à vossa aula. Após o inevitável!"

Marjorie: "Tenho tentado fazer isso, mas descubro que não há nada em mim, que eu saiba, no estado de sonho, que queira lembrar-se do estado de vigília — e o meu estado de vigília quer lembrar-se do estado de sonho."

Seth: "Essa é uma crença que tens, no lado consciente. Agora digo-te isto: as partes sonhadoras da tua realidade estão mais naturalmente e mais facilmente conscientes do teu eu acordado do que o teu eu acordado está das tuas actividades oníricas. E só as tuas crenças impedem que isso te seja claro."

Marjorie: "No estado de sonho?"

Seth: "No estado de sonho, sim."

Marjorie: "Porque sinto, por vezes, que a ligação com aquilo que experimento como o meu mundo dos sonhos não tem forma… apenas o experimento como..."

Seth: "Não confias nele porque achas que é o oposto da vigília — nos teus termos de sonho. Ainda pensas que o estado de vigília é superior, e por isso procuras mais vigília e vês os sonhos como nebulosos… como opacos e não claros. Mas podes, nos termos das tuas crenças, tornar-te tão desperta no estado de sonho quanto foste ensinada a ser no estado de vigília. O estado de sonho e o estado de vigília, independentemente do que penses deles e das tuas crenças, são um só. Podes despertar tanto num como no outro. Agora… não… te… esforces… tanto!"

Marjorie: "E se for exigido?"

Seth: "Quem exige?"

Marjorie: "A autoridade."

Seth: "Que autoridade? Há apenas uma."

Marjorie: "Dentro de mim mesma."

Seth: “É o ser vivo dentro de ti, e contra essa autoridade todas as outras se vergam. E se aceitares essa autoridade — que é a única — então todas as outras se desfazem em pedaços e são levadas pelo vento. Tu és o ser do teu ser. Confia nesse ser e em mais nenhum! Se o Tudo O Que É não acreditasse na individualidade e nos seres individuais, o teu ser não seria como é. Estarias perdido numa manta espessa de eus dos quais nunca conseguirias

desprender a tua própria consciência. Por isso, confia no ser que está dentro de ti como tua autoridade."

Marjorie: "E quanto à forma que escolhemos para confiar nisso, e que provoca circunstâncias externas? Escolho uma forma de comportamento que provoca essas situações, e até agora, segundo as minhas crenças, não consigo evitar provocar antagonismo quando enfrento uma figura de autoridade."

Seth: "Isso acontece porque outras pessoas olham para essa autoridade e vêem um homem simpático — e tu olhas para ele e vês uma autoridade, não uma pessoa. E por isso, tens de reagir contra essa autoridade, segundo o teu sistema de crenças. Os outros vêem essa pessoa como um ser vivo, com talentos, capacidades, e imperfeições. E reagem como reagiriam a outro ser vivo, flexível, falível, caloroso e presente — mas tu projectas nele essa autoridade fria. E ele permite-te fazê-lo! Porque ele é um ser falível como qualquer outro. Se fosse infalível, seria tão liso e frio como uma pedra suspensa num tecto sombrio da eternidade, que nunca existiu em termos reais. Estás a bloquear a humanidade dele. Ele permite-te fazer isso, mas tu não vês a pessoa, apenas as ideias que julgas que ele representa. Agora, depois desse comentário brincalhão..."

Sue: "Seth, quero fazer uma pergunta pequenina. O jogo Triffles segue as tuas pistas?"

Seth: "Com certeza."

Sue: "Pergunto porque senti que houve uma violação de confiança."

Seth: "Não te preocupes com isso. Jogos são jogos!"

A aula começou então a discutir os comentários anteriores de Seth, com especial ênfase no uso dos termos "falível" e "infalível". Alguns pensaram que ele os tinha usado de forma invertida. Seth voltou para clarificar:

Seth: "Estava a referir-me a uma pedra — e peço desculpa, mas tenho de explicar isto. Pensam em termos de falibilidade e infalibilidade, e da personalidade humana; e uma pedra não parece ter personalidade humana. Parece além do erro, além da falha. Pensam nela como uma coisa — sem

vida, morta, fria. E essa é a única pista que vos dou quanto ao significado da palavra. Mas pensei que todos vocês iriam perceber."

George: "Percebemos!"

Seth: "Isso é porque são bons com jogos! Agora devolvo-vos… com uma observação para o nosso amigo ali no canto (Joe):

A vossa força — a vossa força — é a força sobre a qual os dogmas se apoiam. Vocês é que dão força ao dogma. Não é ele que vos dá força. E quando reconhecerem isso, despertarão para a força do vosso próprio ser. E já não precisarão de palavras perfeitas, falíveis ou infalíveis, para vestirem a vossa experiência interior — deixarão que ela se manifeste nua no mundo tal como é, sem necessidade de a vestirem como vestem os vossos corpos, mas erguer-se-ão com a alegria da vossa vitalidade, e reconhecerão que são vocês que dão força a todos os sistemas; porque sem o indivíduo, não há sistema — e nenhum sistema tem significado. Os sistemas foram criados por indivíduos. Usem-nos quando vos servirem, e enquanto vos servirem, usem-nos com alegria. Mas não deixem que eles vos usem. E não acreditem que são mais fortes do que vós. E tu, Rick, não deixes que andem às tuas costas — seja qual for o sistema. Agora devolvo-vos à vossa sessão falível e infalível."

Após discussão e pausa, a aula voltou à interpretação dos temas comuns dos sonhos da semana anterior. Seth voltou-se para Will:

Seth: "Ao nosso sonhador renegado ali, não te preocupes. Eles vão perceber, e tu também, o significado dos temas dos sonhos — e eles tornar-se-ão ainda mais vívidos na próxima semana.

Mas tenho algo a dizer a cada um de vós, e a todos vós. Em muitas áreas da vossa vida vão aprender disciplina. São ensinados por outros, por professores, por grandes autoridades... (frase ilegível)... Nesta aula, porém, estão envolvidos outros temas, e agora vou dizer-vos uma verdade terrível:

Eu sou um anti-professor. E um anti-professor desfaz-vos, ou permite que se desfaçam a vós mesmos até às verdades do vosso ser. Um anti-professor ajuda-vos a desaprender a vossa disciplina. Um anti-professor, idealmente (e é uma tarefa difícil na qual me lanço, com espírito lúdico)... um anti-professor, idealmente, permite-vos conduzir-vos até à liberdade do vosso ser. Por isso, quando estão habituados à disciplina, podem durante algum tempo sentir-se

perdidos ou sem base. E depois, quando largam a disciplina, sentem a grande base do vosso ser — e a sua liberdade maior.

Há um propósito nesta aula, como todos sabem, e apesar de tudo o que digo, vejam: ainda não aprenderam o suficiente. Pois quando vos digo que criam a vossa própria realidade, nenhum de vós está ainda suficientemente seguro nessa crença para tirar pleno proveito dela; para abraçar essa grande liberdade criativa que é vossa, e usá-la para criar a vida que acreditam ser a mais criativa e alegre para vós e para os outros. E assim, continuam a dar desculpas a si mesmos e aos outros — estão nesta posição por causa daquela pessoa, ou por causa do vosso passado.

Isto aplica-se a todos aqui, incluindo Rubert… a cada um de vós. Quando reconhecerem verdadeiramente a majestosa liberdade do vosso ser e o vosso poder criativo, reconhecerão-se como criadores da vossa vida diária, e como participantes alegres na criação da experiência colectiva do mundo, tal como o conhecem.

E então estarão prontos para dizer: 'Ajo com pleno e alegre conhecimento da minha criatividade'. Já não culpam os acontecimentos, nem os outros, nem as circunstâncias. Agradecem a vós próprios as alegrias do vosso ser, e a glória dos vossos dias. E são capazes de dizer à mais pequena célula dentro do vosso ouvido: 'Saúdo-te. Sou grato pela nossa criatividade partilhada; pelo nosso conhecimento eterno, que é sempre agora.'

Então, Rick, estás comprometido com a alegria do teu ser. Quando reconheceres isso, brilharás com a magia do teu próprio ser — e não haverá mais limitações. Cantarás onde crescem as flores, porque reconhecerás a tua parte na criação delas, e a parte delas em ti. São cuidadores e criadores do mundo como o conhecem — e do mundo como ainda não o conhecem, nos vossos termos.

E os vossos sonhos ajudar-vos-ão a encontrar o caminho para a vossa liberdade. E já estão a apontar esse caminho. (E Rubert e eu agradecemos as jóias Sumari.)

Mais uma vez, da minha realidade para a vossa: se houvesse um dom que eu vos pudesse dar, seria o reflexo de vós próprios como vos vejo — devolvido a vós, para que pudessem sentir, como eu sinto, a alegria milagrosa e a

liberdade — e confiar nela. Se cometerem erros, são os vossos erros, e podem aprender com eles. Se tomarem decisões, são decisões vossas; podem tomar outras. Se têm medo de decidir, então não podem aprender com isso.

Agora, isto é, nos termos da Deena, um momento de vitalidade! E, uma noite qualquer, ele chegará mesmo até vós — e reconhecerão na minha voz, e na minha energia, um eco, pelo menos, do vosso próprio — e sentirão dentro de vós os seres que são. Por isso, despeço-me com um 'boa noite' — dos eus que conhecem e pensam ter esquecido, e que criam a cada momento do tempo que acreditam ser o tempo."

Após uma breve discussão, Seth regressou:

Seth: "Os vossos sonhos desta semana irão clarificar as questões envolvidas nos sonhos da semana passada. Por isso, tragam todos os vossos registos. Estão a acumular 'tesouros oníricos' para vós mesmos. São os vossos próprios professores. Estes são os vossos sonhos, não os meus. Os meus são como ventos que sopram pelo universo, e que se manifestam em formas diferentes, segundo a vossa perspectiva — e consoante a colina em que se encontram."

Seth: "Dou-vos, a cada um de vós, os meus mais profundos cumprimentos, e através do meu conhecimento da vossa integridade, asseguro-vos dessa integridade, sempre que duvidarem dela… pois não há motivo para duvidar. No estado de sonho, serão tranquilizados — por vós mesmos, pelos eus que pensam ter esquecido; os eus que esperam ser, mas que têm medo de nunca vir a ser. Esses eus existem, e falarão convosco e tranquilizar-vos-ão no estado de sonho, tal como vos falam agora, quando estão acordados — mas não os ouvem. E os vossos sonhos, também, à sua maneira, alimentam mundos. Nada é desperdiçado. Os vossos sonhos e os vossos pensamentos têm realidade."

Marianne: "E os nossos 'não-sonhos' também?"

Seth: "O vosso estado de vigília, nos vossos termos, é um 'não-sonho'. Agora, parte disto Rubert está a captar nos Aspectos, por isso não me irei alongar agora. Mas o que consideram acções ou sonhos inconsequentes são realidades naturais… digamos, elementos naturais noutras realidades que

agora consideram como tendo uma dimensionalidade inferior à vossa — tal como pensam em termos de 'dimensões inferiores'."

Will: "Cada elemento de um sonho, por mais insignificante que pareça, tem um significado que vale a pena investigar?"

Seth: "Depende do tempo que queiram dedicar à investigação, nos vossos termos. Todos os elementos são, de facto, significativos."

Rich: "Pedes-nos que larguemos o medo, que nos comprometamos com a vida com alegria e que confiemos na nossa consciência. Tudo bem. Mas a minha pergunta é: como posso fazer isso, sendo ao mesmo tempo consciente de que há sempre coisas novas a acontecer, e que há sempre coisas que... sempre novas coisas que irão acontecer e que nunca poderei prever completamente? Então, não seria, de certo modo... parece-me irrealista…"

Seth: "O que queres tu?… Um exame com as respostas já dadas de antemão, ou um jogo no qual já sabes, antes de começar, se vais ganhar ou perder?"

Rich: "De certo modo, só quero saber como posso confiar completamente, com alegria, na existência, e ainda assim lidar com…"

Seth: "A única maneira, com a tua atitude, de confiares na existência seria viveres uma vida da qual te lembrasses por completo, em que conhecesses todos os acontecimentos… o início, o meio e o fim… e então, na segunda vez, morrerias de tédio!

Agora, despeço-me de todos com um afectuoso 'boa noite'... em retrospetiva!"

Durante a discussão que se seguiu, Mike comentou: "Foi a primeira vez que o ouvi ser cáustico."
Seth regressou com uma última observação:

Seth: "Foi uma cáustica amigável! Sei com quem posso ser cáustico e continuar a ser bem-vindo!"

AULA DE PES 28 de Agosto de 1973

A aula começou com uma discussão sobre os sonhos da aula da semana anterior, tentando descobrir as correlações entre eles. Seth entrou na conversa:

Seth: "Boa noite! E antes de terminar a aula, irão perceber o quão bons professores todos vocês são, e como, de forma astuta, desenvolveram os vossos próprios temas no estado de sonho, e como eles se correlacionam. Percebem, finalmente, que o vosso eu interior é um amigo. Irão também descobrir que vocês *são* esse eu. Fizeste uma certa expressão (para Larry), e no entanto, não é coincidência que tenhas escolhido a imagem que escolheste. Agora, cada um de vós, à sua maneira, chegará à sua própria realização — e o nosso amigo aqui chegou. E quando a vossa própria inspiração e experiência vos alcançam, então ensinam-vos de uma forma que eu não posso ensinar. Pois é a vossa própria experiência. É o vosso eu a encontrar-se consigo mesmo.

Agora, tenho apenas alguns comentários, e depois devolvo-vos às vossas discussões sobre o estado de sonho, para verem se percebem o quão bons professores foram para vós mesmos esta semana.

Quero dar as boas-vindas aos presentes esta noite, e em particular ao meu velho amigo, Aerofranz, e, claro, o nosso amigo Rubert continuará convosco (para Tam). Ele não me perguntou o que fazer."

Tam: "Tive essa sensação."

Seth: "Ele é independente e quer seguir o seu próprio caminho, e eu não interfiro porque sou um cavalheiro muito cortês. Além disso, faz-lhe bem, e ele sabe que tem de construir a sua fé em si mesmo. E assim foi — soube intuitivamente o que fazer, como ele próprio disse que faria. Mas há, de facto, uma trilogia envolvida, como disseste antes, e há razões para o que parecem ser complicações e grandes tentações por parte do nosso amigo. Falo com humor sério — ou seriedade humorística! Em todo o caso, o nosso amigo Dick Bach joga jogos amorosos, e tu também estás envolvido nesses jogos — e o mesmo acontece com Rubert."

Tam: "Espero não ter perdido muitos pontos!"

Seth: "Não perdeste ponto nenhum, porque não havia pontos a perder ou a ganhar. Tu (para Fred) usaste a expressão 'tribunal dos sonhos'. E, a seu tempo, cada um de vós irá perceber o verdadeiro, profundo, escuro segredo e os aspectos escondidos que se escondem dentro do 'Oversoul Seven', e como ele actua insidiosamente sobre o vosso psiquismo, levando-vos aos tribunais dos sonhos. O que pensam que estão a fazer com os vossos sonhos nesta aula? E essa é a única pista que vos dou. Voltarei. E ouvirei o que têm a dizer enquanto… e o nosso querido amigo ali, tão concentrado a escrever as suas notas — se acham que é difícil explicar esta aula, imaginem a dificuldade que eu tenho com os meus colegas!"

Pam começou a relatar o que Seth dissera, quando ele regressou abruptamente:

Seth: "Alguns dos meus colegas também são muito sérios, e dedicados ao trabalho árduo, e todos têm as suas próprias ideias sobre ensino e treino, e todos acham que o seu método é o melhor. Eu penso que tenho um método, e por isso não os incomodo. Eles acham que têm o método certo. Por isso, o meu método muda sempre. Assim, às vezes tem de ser o certo. Falo com humor, em termos que acho que compreendem, sobre os meus colegas — pois, claro, eles nem sequer existem dessa maneira. Mas é uma boa forma de transmitir uma ideia. Eu também não existo dessa maneira!"

Após uma breve discussão e intervalo, a aula voltou a centrar-se nos sonhos da semana anterior. Seth regressou:

Seth: "Agora, vêm aqui e ouvem-me falar. Ouvem uma voz. Todos concordam que ouvem uma voz. E os vossos aparelhos captam uma voz. Mas se tentarem encontrar-me… este altifalante… não conseguem encontrar-me. Não conseguem encontrar-me na vossa realidade da mesma maneira que acham que encontram os outros. Em termos puramente racionais e intelectuais — e usando os termos como geralmente são usados — estão a aprender muito com alguém que, tecnicamente, não tem realidade. E isso é um bom truque da vossa parte!

Encontrar-se a si próprios é outra coisa — mas ainda assim, está relacionado com isto de que falo. Porque vejam: as vossas imagens físicas são reflexos num espelho, e no entanto sabem que aquilo que estão a ver não é o vosso verdadeiro eu — é apenas uma parte do eu que conhecem. Pois onde está o

vosso ‘eu’ no corpo? No nariz? No dedo do pé? Em todo ele? Se vos cortassem um braço, o que acontecia à parte de vós que estava nesse braço? Para onde foi? Se vocês estão nas células, átomos e moléculas… (frase ilegível)… e os vossos órgãos físicos são compostos por novos átomos e moléculas — então onde foi parar o vosso eu?

Percebem presságios. O que são vocês senão presságios de vós mesmos? Criações sentidas por dentro. Mas ao tentarem olhar para vós do exterior, nunca reconhecem quem realmente são. São *apports* — manifestações trazidas de outras dimensões da realidade para esta. Então porque vos incomoda tanto imaginar que uma ave possa vir de outra realidade e surgir nesta? De onde vêm as novas flores todas as primaveras?

É um conto de fadas dizer-vos que vêm das sementes deixadas no ano anterior, que vieram de sementes de outro ano, que por sua vez vieram de outras… etc. Pois ficam com a velha pergunta: de onde veio a primeira semente? Ou a primeira maçã? O que impede… o que impede que um pássaro misterioso entre na vossa realidade e dê origem a uma nova espécie? Apenas as vossas crenças de que isso não é possível. Mas, se for impossível, então de onde veio o primeiro pássaro, ou a primeira semente, ou o primeiro *antes do primeiro*?”

Seth: “Onde está o vosso Índio? Ele tem a sua própria realidade jubilosa e o seu próprio ser. E como vos tenho dito muitas vezes, os vossos pensamentos materializam-se noutros sistemas além do vosso. Vocês semeiam... semeiam outras realidades das quais não têm consciência. Formam aspectos de vós próprios, e assim também são aspectos, embora continuem a ser os vossos eus individuais. Quando abrem as portas da vossa percepção, vêem esta realidade com mais clareza. E começam também a vislumbrar possibilidades variadas que estão latentes dentro deste sistema, normalmente não percebidas. Vêem a forma que os vossos pensamentos tomam. Projetam-nos para fora como presságios e depois seguem-nos. São alegres e amistosos. Os simbolismos internos tornam-se reais, variados, vivos. Sinais vivos que seguem — mas que têm a sua própria realidade. Agora devolvo-vos aos vossos próprios Índios!”

Após uma breve discussão dos comentários de Seth, ele voltou:

Seth: "Aquilo que todos ainda têm de aprender é que, basicamente... basicamente... não há diferença entre uma pergunta e uma resposta. Alguém que vos dá uma pergunta pode prestar-vos um serviço muito melhor do que alguém que vos dá uma resposta! Tenho outro comentário a fazer. Quero agradecer ao nosso amigo Aerofranz pela forma como tem tratado do meu trabalho na sua função editorial."

Tam: "Seth, é um privilégio. Sinto-me profundamente honrado, e não são necessários agradecimentos. O agradecimento é o próprio trabalho."

Seth: "Quero também dizer-te (para Tam), embora já o saibas, e dizer também a este aqui (Rich), e informar a turma, que aquilo que estão a ver — aqueles de vós que conhecem o Tam e já o encontraram antes — é um novo eu provável. Nos meus livros, disse que, quando isto acontece, as pessoas muitas vezes dizem: 'Parece quase, mas não completamente, uma pessoa diferente', ou 'Há algo tão diferente em ti, mudaste de uma maneira que não consigo explicar'.

Mas o tema é captado imediatamente. Aproximadamente... aproximadamente há sete meses, começou a mudança, e o Tam tomou então certas decisões. Decidiu embarcar por outro caminho de probabilidades. E como todos os eus são um, outro Tam — que é o mesmo Tam — decidiu fazer outra coisa. E nada disto teve a ver com eventos físicos, mas sim, de forma subtil, com crescimento, direções de crescimento, direções de vitalidade e energia."

Tam: "Espero que seja de uma forma que aproves!"

Seth: "Aprovo, sim. De facto, aprovo — mas já sabia. E toda esta outra súplica, ou aparente complicação, também está relacionada com esse novo eu provável."

Tam: "Estás a falar do negócio...?"

Seth: "Estou, sim. E das novas probabilidades iniciadas pelo nosso amigo a Gaivota, Richard Bach, e por Rubert, por ti e por Joseph — nos vossos termos — aproximadamente no mesmo período. E surgiram várias afiliações. Houve interseções anteriores em que, noutras realidades, estão agora a ocorrer outros acontecimentos. Mas nesta realidade, novos eus prováveis floresceram."

Tam: "Mas, ao mesmo tempo, porque estive disposto, deixei que outras realidades — ou até esta — se encarregassem de si mesmas. Assim, o meu eu total consegue permitir-me seguir a minha própria realidade provável, e como dou liberdade a outras realidades, também ganho liberdade."

Seth: "Ganhas, sim!"

Seth: "Não é um teste."

Tam: "Um exercício? Uma experiência de aprendizagem?"

Seth: "Uma aventura lúdica, com certeza."

Tam: "Está bem."

Seth: "E nesta realidade, uma aventura alegre. Agora devolvo-vos..."

Sue: "Posso fazer uma pergunta sobre isso?"

Seth: "Podes, sim."

Sue: "Nos termos em que estou a perguntar — sei que são um tanto lineares —, relacionados com as interseções disto, o casal de York Beach entrou agora neste tipo de realidade, neste contato?"

Seth: "Entraram, sim. Agora, nos *Aspectos*, Rubert está a trabalhar sobre pontos de probabilidade — que são interseções psicológicas que tornam mudanças prováveis mais prováveis. Tu sabes a resposta a isso! Agora devolvo-vos aos vossos eus coincidentes."

Após uma breve discussão dos comentários de Seth, ele regressou:

Seth: "Não posso, verbalmente, dar uma mensagem a cada um de vós esta noite — são demasiados. E as palavras que digo através de Rubert, na vossa realidade, levam tempo. Posso falar convosco no estado de sonho — e assim o farei. Mas os Sumari podem falar com cada um de vós. As palavras, frases e sons não estão limitados por significados específicos. Os Sumari tratam de efeitos emocionais — não nomeiam um tipo exato de árvore, flor ou eu. Isso fazem-no verbalmente com a vossa linguagem. Por isso, haverá, de outra área, uma canção Sumari muito curta, que cada um poderá interpretar — pois, numa só canção, há uma mensagem para cada um, e podem perguntar a

vós próprios qual é a origem dessa mensagem. Lembrem-se de que vos disse que, por vezes, as perguntas são mais significativas do que as respostas, e que, na base de tudo, perguntas e respostas são o mesmo."

Após a canção dos Sumari e uma discussão sobre ela, Seth voltou:

Seth: "Agora, o Rubert vai encerrar a aula, mas novamente — caso por vezes, nos vossos sonhos, se perguntem o que estão a fazer aqui — estão a ser vós próprios. Este é um lugar onde podem ser vós próprios, descobrir quem são esses eus e aprender sobre a vossa própria criatividade milagrosa. E ver, ao olharem para os outros, aspectos das vossas próprias realidades a olharem de volta para vós com plena consciência — e com a alegria e o poder do seu próprio ser. Por isso, lembrem-se de que no estado de sonho estão tão vivos quanto estão agora. Sintam, entre as minhas palavras, o eco do vosso próprio ser. Agora, sim, este é o velho discurso da alegria e da vitalidade! Mas é mais do que isso — e quando aprenderem a saltar para essa energia como quem mergulha numa onda, e forem levados por ela, então sentirão o que é ser o vosso próprio ser com alegria. E voltarão a ouvir as minhas palavras a partir de dentro delas, e a reconhecer o poder do vosso próprio ser e criatividade."

Seth: "Dou-vos, então, os eus que sempre foram, que sempre são e que estão sempre a tornar-se. Porque, onde estão agora, é difícil acompanhar-se a si mesmos a tempo inteiro — mas há eus com os quais vale a pena sintonizar-se, e neste momento já é uma ajuda saber isso. Percebam, no entanto, que nos vossos sonhos estão tão despertos como agora — e por vezes mais despertos do que agora. Raramente bocejam nos vossos sonhos!

Desejo-vos, então, uma calorosa boa noite. E, novamente, aquelas bênçãos que tenho, dou-as a vós. E aquelas que não tenho… terão de as encontrar por vós próprios."

AULA DE PES 4 de Setembro de 1973

Após uma longa discussão em aula, Seth entrou:

Seth: "Com licença, meus amigos. Tenho apenas um pequeno comentário a fazer antes que continuem com a vossa discussão. Todos vêm de muitos contextos diferentes. E alguns de vós têm as vossas próprias ideias devolvidas para vós. Se são estudantes, há professores aqui. Se são professores, há estudantes aqui. Se são ricos, há pobres aqui; se são pobres,

há ricos aqui. Se são velhos, há jovens aqui; se são jovens, há velhos aqui. Por isso, veem todos os aspectos de vós mesmos. Veem outros pontos de vista refletidos de volta.

Descobrem que as vossas crenças parecem muito justas, virtuosas e boas — e que agem como agem porque são boas pessoas, e o outro está errado. Mas ele age como age porque acredita que está certo, e que vocês estão errados. Enquanto pensarem em termos de preto e branco, será sempre assim — e não verão as pessoas individuais. Não reagirão à gloriosa integridade de nenhuma pessoa, mas sim às ideias que acham que essa pessoa representa. Olharão para a pessoa e decidirão se ela concorda ou não com a vossa interpretação da realidade. E assim, a gloriosa realidade do indivíduo perder-se-á naquilo que vocês consideram a vossa sabedoria."

Rubert escreveu uma carta a uma jovem amiga chamada Sherry, uma rapariga universitária. Uma jovem com capacidades físicas que escreveu dizendo: "Se faço inimigos, é porque essas pessoas não me compreendem, e eu tenho grandes capacidades. Como é possível que sejam tão cegos?" Rubert respondeu: "Não julgues o mundo segundo a tua própria visão, pois, se o fizeres, a tua visão tornar-se-á opaca e não conseguirás ver as pessoas envolvidas, nem a realidade delas. Estarás demasiado ocupada a tentar perceber se veem o que tu vês ou se concordam contigo. E a realidade do indivíduo não te aparecerá. Isto aplica-se a toda a gente."

De forma lúdica! Vês, ainda não descobriste o que significa brincar verdadeiramente. E é por isso que a palavra "brincar" tem conotações tão traiçoeiras. E é tudo o que vou dizer por agora. Estou interessado em ver o que têm a dizer quando emergirem das vossas crenças e experienciem verdadeiramente quem são como eus interiores que possuem crenças — quando usam crenças, mas não como palas nos olhos, nem como lentes através das quais veem o resto da realidade. Quando compreenderem a crença, verão a verdade por trás e dentro de todas as crenças, e compreenderão o que essas crenças representam. Saibam que foram vocês que as formaram — mesmo aquelas em que acreditam com mais insistência.

Agora mudo de tema, vejam — é sobre o nosso amigo ali. Quero dar as boas-vindas àqueles que estão aqui esta noite e que não são alunos habituais. E quero fazer alguns comentários. (Estavam presentes vários convidados,

estudantes da filosofia de Gurdjieff, incluindo um homem mais velho, Eugene Nyland, que falou longamente com Seth mais tarde nessa noite.)

Gurdjieff adorava brincar. Era um homem lúdico, e o que lhe vinha com tanta beleza, naturalidade e espírito era a sua própria visão, e tentou comunicá-la aos outros. Ele expressava aquilo em que acreditava. Para ele, contudo, independentemente das palavras, havia uma transparência fácil no que fazia... uma alegria e vitalidade que nenhuma palavra podia destruir... uma espontaneidade e uma vitalidade intensa. Mas muitos não compreendem essa espontaneidade ou essa alegria. Agora, tu (para Nyland), compreendes — e sempre compreendeste. O problema é que queres que as pessoas brinquem a sério, e eu quero que trabalhem a brincar. No fim de contas, não há assim tanta diferença. O Gafanhoto (nome que Seth dá a Gurdjieff) salta a partir da grande vitalidade do seu ser, mas quando tenta explicar aos outros como salta, eles ouvem e dizem: "Ah, sim, eu faço isto e aquilo, ou então não sou um gafanhoto." Não compreendem a presença miraculosa e imediata do gafanhoto, ou, mais importante ainda, a mente do gafanhoto.

Se souberes brincar, não precisas de saber trabalhar. Mas se souberes brincar, então compreendes o que é brincar, e sabes que não é caos. Sabes que os jogos são bons... sabes que és tu quem faz os jogos, por isso és tu quem faz as regras — e podes, como um gafanhoto ou uma criança a jogar à macaca, saltar de quadrado em quadrado. Gurdjieff, nos termos do Rubert... seguiu o seu próprio caminho. E a sua mensagem é: "Segue o teu próprio caminho." E a minha mensagem é: "Segue o teu próprio caminho" — só que eu obrigo-te a inventar as tuas próprias regras à medida que avanças. E Gurdjieff dá-te mais ajuda!

Se há algo que Gurdjieff fez, contudo, e que muitos não notaram, foi trabalhar com a mobilidade do intelecto e da mente — e não ignorá-la. E é isso que também quero que façam — mas de forma lúdica! Pois o único verdadeiro trabalho é feito na brincadeira — e se compreenderem isso, todo o "trabalho" está feito, e são vocês que o fazem. As regras existem para serem regras... quando precisam delas, criam-nas. As regras foram feitas para serem seguidas e quebradas. Quando quiserem um novo conjunto, encontram um novo conjunto. Mas devem sempre seguir os vossos próprios ditames interiores. Nenhuma regra — em última instância, em última instância — é jamais justificada em termos absolutos. Noutros termos, são excelentes.

Dizem-vos que os cordeiros saltam obstáculos — e quando estão a adormecer, se pensarem em cordeiros a saltar cercas, adormecem mais depressa. Quanto mais cegamente seguirem os carneiros, mais rapidamente adormecem, nesses termos. Quanto mais os examinarem ou se compararem com eles, ou lidarem com eles, ou os explorarem ou brincarem com eles, mais despertos e vivos se tornam.

Agora podem voltar à vossa discussão — se ainda se lembrarem do que era.

Após uma discussão considerável sobre o que Seth dissera, ele voltou:

Seth: Agora vamos esclarecer um ponto — um ponto cultural. Porque alguns de vocês não compreendem algo que é importante. Rubert compreende que o trabalho é brincadeira, porque para ele, escrever — que é trabalho — é também brincadeira. Por isso, para ele é difícil, de certa forma, fazer essa distinção. Agora, quando vocês pensam em trabalho, pensam em algo que têm de fazer, mas que não querem fazer — e por isso imaginam uma grande resistência. Mas estamos a falar de uma situação em que o trabalho e a brincadeira são um só. E essa é a natureza da criatividade. Não fazem algo porque têm de o fazer, ou porque é o que "devem" fazer — mas porque é parte da vossa natureza. Pode exigir, nos vossos termos, algum treino. Pode envolver muitas coisas, mas é brincadeira para vocês porque é natural — e o trabalho não envolve o mesmo tipo de resistência que encontram, por exemplo, ao pensar em ir para um emprego que não gostam, ou enfrentar uma tarefa que vos ultrapassa. Podem pensar em trabalho-brincadeira ou brincadeira-trabalho, mas é uma criatividade em que nasce espontaneidade e uma estrutura interna tão entrelaçadas que é impossível separar uma da outra.

Agora devolvo-vos... temos uma pergunta da assistência:

Uma aluna (Margaret) pergunta: "Porque é que Gurdjieff usava o termo 'Trabalho sobre si mesmo'?"

Seth: "Ele usava os termos que acreditava fazerem sentido para ele, no seu tempo e circunstâncias. Também acreditava na seriedade dos grandes propósitos, e por isso usava os termos que achava que ajudariam os outros. E também usava — com astúcia — os termos que os religiosos usavam. Eles brincavam melhor se acreditassem que estavam a trabalhar mais. Ele

percebia que muitas pessoas com complexos de culpa não podiam ser instruídas a brincar; sentir-se-iam demasiado culpadas. Por isso, disse-lhes que era trabalho — e funcionou."

Segue-se um diálogo entre Seth e o discípulo de Gurdjieff (Nyland):

Seth: "Vês, eu diria que aquilo contra que Gurdjieff lutava era a cultura — ou seja, as crenças culturais que ainda existem. Eu, em vez de lutar contra elas, digo às pessoas que brinquem — e que brinquem até descobrirem o seu propósito."

Nyland: "Acho que podem descobrir, através da brincadeira, o que lhes falta."

Seth: "Podem, sim."

Nyland: "É por isso que desejam brincar, e é por isso que, quando desejam brincar, têm de saber primeiro com o quê podem brincar — para alcançar aquilo que querem criar."

Seth: "É, primeiro que tudo, uma questão de vocabulário, e em segundo lugar, talvez, de eu ter agora uma maior confiança no que vocês são. Mas acredito que a vossa brincadeira, por si só, vos levará às vossas próprias respostas. Estás simplesmente a adicionar uma estrutura útil através da qual as pessoas podem confiar em si mesmas — e não há mal nenhum nisso. É uma estrutura de que muitas pessoas precisam. Mas, de um velho cavalheiro para outro: encoraja-os a mostrarem as suas emoções... a serem eles próprios dessa forma... e até a levantarem a cabeça para fora da estrutura do trabalho. Gurdjieff compreendia a estrutura das palavras. Ele deu-vos palavras e estruturas porque entendia o que eram estruturas. Mas queria que, ao trabalhar com elas, fossem além delas de forma lúdica — quando aprendessem o que é brincar — e que largassem essas estruturas e emergissem despertos, acima delas."

Nyland: "Claro — a estrutura, como trabalho, é por vezes descrita apenas como uma forma dentro da qual a realidade acontece — e gradualmente a estrutura desaparece."

Seth: "Tens de explicar isso melhor às tuas pessoas. Eu entendo e tu entendes, mas elas não compreendem esse ponto final e importante. Agora,

perdoem esta voz que chega tão alto — é simplesmente porque a energia tem o seu próprio modo de ser. Por isso, se pareço — embora tenha a certeza de que não pareço — demasiado sonoro, é por causa dos mecanismos envolvidos. E o que estão agora a presenciar é trabalho lúdico e criatividade, e uma abertura — o tipo de coisa que, por sinal, deixaria Gurdjieff radiante, a saltar de alegria com um entusiasmo profano!"

Explicação a Jane sobre o que Seth tinha dito, e depois Seth retomou:

Seth: "Ora, não quis dizer que o nosso amigo Gurdjieff saltaria de alegria por existir outro grupo com ideias diferentes. O que quis dizer foi que a grande vitalidade e alegria de Gurdjieff ficaria feliz por ver este tipo específico de avanço, pois ele reconheceria a sua natureza altamente criativa. E reconheceria também esse avanço como um salto de gafanhoto — gigantesco — e ficaria contente."

Seguiram-se comentários de um convidado e Seth voltou:

Seth: "Agora, quanto a parte disso, particularmente a última, concordo com entusiasmo. Mas não concordaria, se interpreto corretamente o que dizes — porque estou a lidar contigo agora em termos muito físicos — com a ideia de que não há nada de errado com a estrutura física que toda a vitalidade no vosso espaço-tempo manifesta... tal como o próprio Gurdjieff também o fez. O espírito que identificam como Gurdjieff conhecia-se a si próprio através do conhecimento corpóreo, através da alegria e da vitalidade dos átomos e moléculas que compõem o corpo tal como vocês o conhecem, agora, neste espaço e neste tempo, através da vossa imagem corpórea — e existe independentemente dela, e vocês sabem disso."

Nyland: "Sim, às vezes é preciso tirar as palavras do contexto."

Seth: "Nunca se deve fazer isso. Agora, o Sumari é algo diferente das estruturas da linguagem, porque não lida com palavras. E por isso, às vezes, ficam perdidos, porque estão habituados a pensar em termos de palavras."

Nyland: "Quis dizer que as palavras representam um conceito, e o foco tem de estar, gradualmente, no conceito dentro das palavras."

Seth: "Concordo contigo."

Nyland (palavras inaudíveis)

Seth: "Concordo com isso também, e concordo com a tua alegria e vitalidade. E por essa razão, o Sumari terá uma canção — que, como todos sabem, não tem nada a ver com palavras."

Jane (fora de transe): "Uma 'Canção do Momento Instantâneo', acho eu. Uma canção que retrata a integridade e a privacidade do momento tal como cada um de nós o experiencia." A discussão da aula continuou.

Jane: "Não consigo usar o termo de Gurdjieff porque não estou ainda suficientemente familiarizada com ele. Tenho uma vaga noção do termo 'vigilância', ou estados de 'despertar', dele — mas é só isso. Em relação ao que faço quando Seth aparece, acho que estou a isolar certos elementos e a trazê-los para a nossa realidade conhecida — que, suponho, é a única forma como consigo explicar. Como se fôssemos todos compostos por partes de som adormecido, e que podemos ir acordando uma a uma, e todas são partes de nós e contêm, nos termos em que estamos a pensar agora, maior consciência. Mas ainda somos nós que temos de lidar com esta realidade. E cada vez que faço algo, é como — em termos espaciais — enviar foguetões para fora; nós e as coisas orbitamos o nosso planeta. Cada vez que estabeleço uma espécie de realidade psíquica e psicológica, estou a orbitar para fora da personalidade que pensamos ter... a ir mais longe e a obter mais informação — e depois surge o Seth II, que está ainda mais além. Agora penso que essas personalidades têm uma espécie de realidade que desconhecemos.

Todos sabem que não gosto da palavra 'guia espiritual'. Não vejo o Seth como um deus de túnica longa parado ali. Gostava que fosse — seria muito bonito. E encaixaria numa série de ideias convencionais. Em vez disso, com o livro em que estou a trabalhar, em *Aspects*, estou novamente a trabalhar com o conceito de 'multipessoalidade', porque a nossa ideia de pessoa é tão limitada apenas por causa da linguagem tridimensional, que pensamos nestes outros termos... como se alguém com multipessoalidade fosse algo distinto. Mas não é. E à medida que vamos acordando as partes adormecidas de nós, tornamo-nos mais despertos — e, por isso, tornamos esta realidade mais significativa e mais real. Quando comecei a escrever, a minha ideia era que as pessoas se perdiam tanto na sua vivência que ficavam cegas e nunca sabiam o que estavam a fazer. E eu estava aterrorizada com a ideia de me perder

dessa forma. Por isso, escrever era um modo de me afastar, viver mas observar, e encontrar uma espécie de estrutura acima de tudo. Mas quanto mais 'acima de tudo' eu ia, mais descobria que havia dimensões fantásticas dentro da vivência da qual queria sair — e que essas dimensões eram extremamente importantes. E que se podiam experienciar intensamente, sem nos perdermos delas ao ponto de se tornarem irrelevantes, o que é estúpido, porque têm outros tipos de significado."

Após discussão, Seth regressou:

Seth: "Agora, vou dentro em breve desejar-vos uma boa noite, mas quero dizer-vos o quanto podem aprender com o vosso estado de sonho. E, no sonho de que acabaram de ouvir falar, houve várias compreensões extensas. Pois vocês sonham e formam os vossos sonhos da mesma forma que formam a vossa realidade física. O conhecimento de que vocês criam os vossos sonhos dá-vos também a consciência e confiança de que criam a vossa realidade quotidiana. À medida que a vossa consciência cresce, aprenderão a mudar os eventos do sonho, a intervir e dizer: 'Este é o meu sonho. Não gosto do que está a acontecer e vou mudá-lo.' Essa confiança pode ser transposta para a realidade física, de modo a também poderem mudar eventos. O estado de sonho, portanto, é uma grande aventura educativa — e alegre, se o usarem como tal. Por outras palavras, não queremos apenas que estejam despertos quando estão acordados, mas que se tornem despertos também quando dormem, para apanharem vislumbres de como criam a realidade. Nos vossos termos, um sonho é pré-existente. Ele irá, de uma forma ou de outra, emergir na realidade física e na actualidade. Por isso, quanto mais tomarem consciência disso e mais conseguirem levar a vossa consciência para esse estado, então, com maior criatividade consciente, poderão formar a vossa própria realidade. E se estiverem a jogar, façam as vossas próprias regras."

Aluno: "O que quer dizer com 'de uma forma ou de outra'?"

Seth: "Vou deixar-vos responder a essa pergunta. Pensem sobre isso e não se fiem na minha resposta. Mas é bom que tenham percebido o ponto."

Aluno: "Eu sei uma forma…"

Seth: "Muito bem. Eu penso, e apenas penso, que nos sonhos os objectos são muitas vezes símbolos de outra coisa — mas na realidade física, os objectos também o são. E é tudo o que vos direi. Agora, como sempre, lembro-vos da vossa vitalidade. Não só vos recordo — como, de forma lúdica, a atiro de volta para vocês, para que não a possam negar... nem mesmo os rebeldes simpáticos. Para os alunos regulares, haverá actividade onírica específica esta semana — e têm de estar atentos para a apanhar. Vários de vocês (palavra perdida... desejam? esperam?) alguma experiência em particular, e não vos vou programar com sugestões. Terão de esperar até à próxima semana e então ouvir as vossas próprias experiências e ver o que fizeram — individualmente e como grupo.

Se eu tivesse um coração físico, ele estender-se-ia até vós. Mas, de qualquer modo, a ludicidade da questão é pelo menos registada."

Aluno: "Ia perguntar sobre os 'Daily Doubles'…"

Seth: "Tentem a bolsa de valores. Com a vitalidade que cada um de vocês possui, têm acesso a tanta informação e capacidade — e espero que a usem agora, no agora que conhecem. Eu não posso conhecer o agora que é o vosso — como Rubert diz: 'É tão puro e privado quanto vocês próprios' —, mas posso sentir a vitalidade do vosso agora, e em imagens e para além das imagens, consigo sentir o que estão a fazer com essa vitalidade."

Aluno: "Qual é a diferença entre o agora que conhecemos e o agora que não conhecemos?"

Seth: "Vou, mais uma vez, entregar essa pergunta a vocês, e peço que a considerem profundamente. Qual é a diferença entre o agora que vocês conhecem, o agora que o Don ou o Palm conhece? Que correlações existem neste momento exato que todos vocês partilham? Este momento é partilhado... quão semelhante é para todos e, ainda assim, quão diferente? Que privacidade e significado existe dentro de vocês que não é partilhado — e que vitalidade a transbordar existe que *é* partilhada? Deixem que os vossos próprios sentimentos respondam a essa pergunta por vocês.

Desejo-vos então uma boa noite. E as bênçãos que possuo, dou-as a vocês. As que não possuo, terão de encontrá-las por vocês mesmos. Mais uma vez, a minha saudação e o meu apreço aos nossos visitantes, e o meu mais

profundo respeito pela vitalidade inata que habita dentro de cada um de vocês — que é para sempre inviolável, única e nunca pode ser partilhada — e, por isso mesmo, é ainda mais preciosa. Pois cada um de vocês tem dentro de si o seu próprio caminho, que mais ninguém pode seguir — seja físico ou não — o vosso próprio caminho e jornada rumo ao vosso próprio devir. E eu só vos posso apontar nessa direção."

"Então, despeço-me de vós, nos meus termos, com uma noite de alegria, por tempos conhecidos no passado — e, no entanto, estes tempos — ainda não vividos."

AULA DE PES 11 de Setembro de 1973

Há vários meses, houve na aula uma canção Sumari que, segundo Seth, continha pistas sobre a história da criação. Wade transcreveu essa canção para forma escrita e, nesta noite, tocou-a em aula ao violoncelo. Depois disso, Danny cantou e acompanhou-se no dulcimer, com uma canção que disse ter sido inspirada pelo Sumari. Seth dirigiu-se à turma:

Seth: "Boa noite a vós próprios. As mensagens estão todas à vossa volta e dentro de vós, e transformam-se à medida que as recolhem e fazem delas vossas, quando criam algo novo a partir delas em música e em canção, e na vossa relação com os outros; com o ser humano histérico (palavras perdidas) e com Deus. As ideias são transformadas, como devem ser, e mudam e crescem através da vossa própria mediação, de modo que passam a fazer parte do tecido dos vossos sonhos — e os vossos sonhos tornam-se mais criativos.

Nem todos são inclinados para a música, a escrita ou a pintura, mas todos estão envolvidos numa das mais criativas empreitadas: a criação das vossas vidas no espaço e no tempo. E assim, usam estas mensagens à vossa maneira, transformando-as no tecido milagroso da vossa vivência. Que ninguém se perturbe com quem distorce as minhas mensagens, pois elas são sementes levadas pelo vento. Algumas tornar-se-ão maçãs, outras pêssegos. Serão usadas como as ideias devem ser usadas — e não adoradas. Serão dispersas como é natural, e a sua vitalidade usada para semear a criatividade de cada

pessoa que as receber. E cada um de vós, à sua maneira, deverá — e irá — receber a mensagem e usá-la como quiser, na vossa criatividade lúdica.

Alguma vez vos pareceu estranho que um homem tão dado às ideias de brincar criasse um sistema tão preocupado com o trabalho? Ou melhor, repararam como ele vos puxava a sério as pernas, com tanta leveza? Se pegarem numa rã morta e a estimularem, o membro morto mover-se-á. Foi isso que ele fez, e vocês reagiram muito bem a ele. A seriedade das suas ideias e doutrinas era como isco que lançava a todos os peixes sérios, para que mordessem o anzol! Eu não sou pescador... sou um peixe... um peixe brincalhão! A nadar por realidades que mudam, nos vossos termos, a cada momento, espreitando com olhos enormes esta realidade estranha que vocês chamam de vossa. E vocês espreitam para dentro da vossa própria realidade e acham-na estranha.

De forma curiosa, sou um jogador mais ardiloso do que Gurdjieff... embora possam pensar que sou tão recto, em termos de integridade, como mencionaram antes... pois eu devolvo-vos todos a vós próprios, e deixo-vos olhar nos olhos da vossa própria autoridade e da vossa própria ludicidade. E desse dilema aparente, entre a vossa brincadeira interior e a vossa autoridade interior, emergem boa música, sonhos excelentes, algumas boas percepções — e a criatividade que vos é própria. Eu venho através do Rubert, como ele disse antes, tal como vocês vêm através de vós próprios, e ele vem através de si mesmo. Estão sempre num estado de ser agora... de presentidade... a partir do qual, como o Rubert vos dirá no *Aspects*, o vosso passado e futuro parecem estender-se à vossa frente e atrás de vós como um navio, agora, com estelas deixadas na água. Mas o presente é o ponto da vossa criatividade e do vosso ser. E assim vos devolvo à vossa presentidade. Eu voltarei... como vós voltareis.

Seguiu-se uma discussão sobre as observações de Seth. Tom falou sobre 'comportamento institucional'. O Sumari veio com uma canção que Jane identificou como uma "Canção de Empatia". A discussão seguiu depois para pontos de integridade, sonhos com roubos e casos reais de roubo. Barry relatou um sonho. Seth juntou-se novamente:

Seth: "Agora, há um certo treino acelerado — se me perdoam o termo — que não pode acontecer em aula, por isso não fiquem à espera de ler o que digo na transcrição da próxima semana. Estou a falar no vosso agora, e por

isso haverá treino acelerado no estado de sonho, pelo qual não terão de pagar ao Rubert — aproveitem!

Quero que agora, sendo vós mesmos e sem ajuda externa, se concentrem nas vossas actividades oníricas em particular, e que se deleitem com a experiência dos sonhos. E isso foi um bom começo, ali! O nome da entidade, aliás, era *Fra-mah-go* (para o George).

Já viram que criatividade estas ideias podem produzir em vocês, a certos níveis. Então tomem consciência da vasta criatividade dos vossos próprios sonhos, pois também no estado de sonho vocês criam a vossa realidade física. Os vossos sonhos são os mosaicos que juntam para formar os vossos acontecimentos diários.

Vocês estão despertos — quer estejam a dormir, quer pensem que não dormem. Estão despertos! Quero que compreendam então o estado de vigília do vosso ser. Encontrem novamente o vosso agente índio (para o Jerry), e perguntem-lhe quem é. E perguntem a vós próprios quem são. Estás num patamar, Marianne, e irás de facto além dele. E também há para ti um ponto de integridade de ser que estás a aprender — e estás a despertar para esse ponto, por isso não fiques tão desanimada!

Falo agora às partes de vós que cada um conhece bem — por isso, ouçam-me com essas partes de vós mesmos. As viagens que fazem no estado de sonho não são imaginárias, e não representam caos. E as vossas aulas de sonho são tão reais como esta.

Vocês procuram ervas, mas as ervas representam outra coisa. Todos vocês são os vossos próprios Don Juans, e o vosso Don Juan pode ser manhoso. Por isso, saltem para além desses Don Juans, pois podem ser traquinas. E por traquinas quero dizer que vos podem levar para outros jogos, nos quais esquecem que são vocês quem faz as regras, e assim parece-vos que as regras foram feitas por alguém externo, por um trapaceiro que diz 'Eu estou aqui', ou — nas palavras do poema de Rubert — 'Não, eu estou aqui... com Deus no topo da montanha', ou na forma de um gafanhoto, a levar-vos para fantasias.

Eu estou aqui: Seth na sua cadeira de baloiço! Oh, não — eu estou aqui... tu, Larry, sentado no chão; e tu, Joe, encostado à parede; e tu, George, sentado

ali no chão! Vocês são o *vocês*. São os seres que fazem o jogo, e são o milagre do vosso próprio ser. Por isso, se algum deus gritar 'Estou aqui!', essa é a vossa voz, é a vossa energia e a vossa capacidade. E assim, em certos termos, projectam essas partes de vós na minha voz, para que as possam ouvir e saber que essas partes são vossas.

Por isso, olhem para os vossos próprios sonhos, para as vossas aventuras alegres. Olhem para os mitos que contam a vós próprios no estado de sonho, mas também para os mitos pelos quais vivem as vossas vidas diárias — e percebam que são os autores, os cantores e os sonhadores. E que, nos vossos sonhos, sonham a vossa vida para a existência — e que, pelos vossos pensamentos, tornam os vossos sonhos reais.

Olhem, portanto, para a glória de vós mesmos e para o vosso próprio ser. E, novamente, o velho tema da energia! Ao ouvirem esta voz, percebam a origem da vossa própria energia e vitalidade, pois Rubert não é diferente de vocês... uma criatura no espaço e no tempo. Portanto, esta energia que canta através dele está também disponível para vocês, e é uma representação da vossa própria energia, e portas que, à vossa maneira, podem abrir e usar nas vossas vidas diárias. Rubert diz — e tem razão — que os factos são ficção oficial. Assim, vocês são as representações oficializadas e ficcionais de vós próprios. Mudem a vossa imagem oficial e vejam que criatividade alegre irrompe. Através das ideias do que acham que devem ou têm de ser, vocês *são*. Deixem que esse ser exploda os mitos com que se rodeiam. E, se este momento não vos trouxer mais nada, que pelo menos vos convença da presentidade do vosso ser, da alegria da vossa individualidade e das vossas próprias reacções aos outros."

Rich falou com Seth, e ele respondeu:

Seth: "Com certeza. Pois vejo diante de mim uma criatura com pensamentos púrpura e cabelo púrpura!"

Rich: "De certas formas, posso usar Maslow e as ideias que ele teve... de certas formas, continuar a ideia que ele teve, para me ajudar a resolver os meus próprios conflitos?"

Seth: “Podes, sem dúvida. Mas deves ir muito além de Maslow. Se precisares dele como um degrau, então usa-o como um degrau. Ele teria ficado encantado!”

Rich: “Mas também falo de estruturas que usaria na vida física... nos meus próprios projectos, em relação ao Maslow.”

Seth: “O que mais há para confiar senão nos teus próprios esforços, e na tua relação contigo mesmo? Maslow é simplesmente muito respeitável. Está morto. Agora, eu estou morto — mas não sou respeitável! Certas formas de respeitabilidade são muito difíceis de encontrar!”

Rich: “Portanto, isto relaciona-se com a ideia de eu examinar as minhas próprias crenças sobre as minhas capacidades?”

Seth: “Deixa-te na posição de tentares realizar a tua espontaneidade, alegria e criatividade dentro de uma aura de respeitabilidade — pois onde Maslow foi um passo ousado na comunidade fisiológica, ele afinal deu apenas um pequeno passo. Agora, eu esperaria que vocês todos dessem um grande salto — e não haverá ninguém a apitar contra vós, senão vós próprios.”

Susan: “A Jane estava a falar comigo no intervalo sobre o ponto de integridade — o meu ponto de integridade e o ponto de integridade de outra pessoa. Agora, se eu, por um tempo, por ser muito sensível às ideias dos outros, absorvo as ideias ou experiências deles e as vivo durante algum tempo, estarei de algum modo a afastar-me do meu ponto de integridade?”

Seth: “Estás.”

Susan: “Mas não estarei também a expandir o meu ponto de integridade ao experimentar as crenças deles em mim e ver se posso crescer ao usá-las?”

Seth: “Dei-te a minha resposta. E neste caso em particular, a resposta mantém-se. É a minha resposta para ti numa situação específica. Não é uma resposta geral para casos gerais. É como eu te conheço pessoalmente.”

Richard: “Seth, há cerca de um mês comecei a sentir comichão. Tenho comichão por todo o corpo, e na última semana e meia tem sido horrível. Fui ao dermatologista e não encontraram razão. Mas tem-me impedido de

dormir e tenho passado por uma agonia tremenda. Por vezes fico acordado a noite toda a coçar-me. Podes...?"

Seth: "Em primeiro lugar, disseste que não há razão! Agora, quando estiveres sozinho, pergunta ao teu corpo porque é que está com comichão e o que te está a tentar dizer. Ouve a resposta e espera que o teu corpo te dê uma resposta — e ele dará. Não te está a ser imposto por nenhuma força externa... há uma razão. Mas tens de confiar no teu corpo, confiar no seu motivo, e pedir-lhe com honestidade que te diga a razão — e ele dir-te-á. E fala-lhe como a um igual."

Marjorie: "Há algum tempo falávamos de Gurdjieff como um pescador brincalhão, com a esperança de apanhar um peixe brincalhão. Não percebo por que motivo ele criou uma realidade onde não conseguia apanhar um peixe brincalhão. Porque não o conseguiria, se era isso que esperava?"

Seth: "Apanhou alguns. Mas também lidava com opostos, e com a ideia de trabalho e brincadeira, por isso toda a estrutura abordava essa realidade. Agora, o trabalho é o outro lado da brincadeira, e a brincadeira é o outro lado do trabalho. A sua ludicidade levou-o a desenvolver um sistema que parecia trabalho para os outros. Esperava que o trabalho voltasse a ser brincadeira, e que transformasse aqueles que o encontrassem. E há muito mais que vos direi noutra altura, quando a situação o justificar."

Eleanor: "Seth, há algumas semanas o Bob teve dificuldade em explicar os encontros Seth aos amigos, e tu disseste que era difícil explicar isso aos teus contemporâneos. Agora, conheceríamos algum dos teus contemporâneos? Estaríamos familiarizados com eles?"

Seth: "Muitos deles não vêm do vosso sistema de probabilidades. Simplesmente porque aprendemos uns com os outros... os meus contemporâneos e eu. Alguns nomes não vos darei, porque iríeis interpretar mal o que eu dissesse. Por isso não vos darei essa informação. Mas se descobrirem um dos vossos próprios, então isso é completamente diferente!"

Will: "Seth, às vezes sinto que estou a usar este foco na actividade dos sonhos como uma fuga ao que vejo como o caos da minha vida pessoal. Isso é uma preocupação válida?"

Seth: “Não é, mas deves também aprender a usar os teus sonhos como um método para enriquecer os teus encontros diários, e como uma forma de obter experiência e informação que possas usar na tua vida pessoal. Pois os dois — a experiência do sonho e a experiência diária — são um só.

E agora devolvo-vos a vós próprios, onde sempre deveriam ter estado. Mas peço-vos que prestem atenção especial aos vossos sonhos.”

George: “Seth, e quanto aos números?”

Seth: “Terão significado para ti pessoalmente, e há formas de descobrir o significado de qualquer número específico.”

George: “Podes dizer-me uma forma?”

Seth: “Depende do sonho em particular e do teu estágio de desenvolvimento. Mais uma vez, digo-te para perguntares a ti mesmo, e aceitares qualquer resposta que receberes, pois só assim começarás a confiar na tua própria integridade e nas tuas próprias respostas.”

“Agora tu, Bill — na tua mente, vê o teu negócio como queres que ele seja, e vê-o assim, com alegria e sem complicações, nos termos do Rubert. Diz a ti mesmo que tudo o que precisas de saber para o concretizar virá até ti. Mas, acima de tudo, vê o negócio como queres que ele seja — uma realidade alegre — e então tem a certeza de que ele se manifestará fisicamente. Isso é a coisa mais importante que podes fazer.”

“E despeço-me de todos vós com uma calorosa boa noite, e espero ver-vos de uma forma ou de outra... nos nossos sonhos!”

AULA DE PES 18 de Setembro de 1973

A discussão da aula abordou uma variedade de temas, incluindo sonhos de Deus (ou os últimos sonhos?), sonhos partilhados em aula, experiências fora do corpo e crenças. Jane leu uma parte do novo livro de Seth. Após o segundo intervalo, Wade questionava se uma declaração anterior de Seth — em que ele dizia para fugir de quem afirmasse possuir a verdade — não estaria em contradição com o que o próprio Seth dizia no livro sobre crenças. Seth juntou-se à conversa, dirigindo-se primeiro a Wade:

Seth: "Quando um homem te disser: 'A minha realidade e versão dela é a única verdade', foge. Quando disser: 'Eu tenho a verdade e mais ninguém a tem', foge. Quando disser: 'Eu tenho a verdade e tu claramente não tens', foge também. O que eu te estou a dizer é que tu tens a tua própria verdade... tu crias a tua própria realidade — e essa é a verdade.

Tu crias a tua própria realidade. Quando o significado destas palavras te atingir verdadeiramente, vais gritar de volta: 'Eu sempre soube disto. É tão simples, porque fizeste disso um grande assunto?' Mas, até lá, não é assim tão evidente — por isso, repito-o vezes sem conta.

O eu não é limitado. Isso dá-te espaço para criares as tuas próprias verdades e realidades. O eu não tem fronteiras. Podes ser quem és, experienciar-te, sem te perderes no universo — e, ainda assim, ir além dos limites que aceitaste.

Tu formas a tua própria realidade. E fazes isso de acordo com as tuas crenças. Não existe uma única verdade. Por isso, eu não te posso dar "a" verdade. E qualquer homem, fantasma ou espírito que to prometa num comprimido, poção ou ideia... foge dele. Porque quando ele diz 'Isto é a verdade', está a dizer que tudo o resto não o é. E, assim, limita a tua visão, a tua realidade e condiciona a tua viagem."

Susan: "Como podes dizer que não há outra verdade senão aquela em que se acredita? Isso é a verdade?"

Seth: "Isso não foi o que eu disse, e deixo-te a ti, quando leres a transcrição, a tarefa de perceber a diferença. Não há uma só verdade. Tu és uma verdade."

Marjorie: "Excepto o facto de que criamos a nossa própria realidade."

Seth: "Tu és uma verdade."

Rick: "Então o facto de que criamos a nossa própria realidade... o que significa verdade?"

Seth: "Faz essa pergunta a ti mesmo e diz-me qual a resposta que encontras. Porque tu já estás a estruturar a resposta, e todas as tuas perguntas até agora foram estruturadas pelas tuas crenças sobre a palavra 'verdade'."

Mary Jo: "Posso fazer uma pergunta?"

Seth: “Podes.”

Mary Jo: “Quando dizes que o eu não é limitado, e temos dificuldade em aceitar isso, será que é porque o nosso sistema de crenças cria realidades que não nos permitem manifestar-nos de forma ilimitada?”

Seth: “Em certa medida, sim. Mas também escolheste a realidade em que essas crenças existem como ideias de massa.”

Mary Jo: “Então a nossa realidade é que o eu é limitado — e assim, ele torna-se limitado.”

Seth: “Até ao momento em que percebes que ele não é limitado.”

Alguém (Rob?): “E quando estás a trabalhar com os caprichos dos outros, como na música, por exemplo — quando tens de impressionar os outros? Isso exige um certo poder sobre eles, ou pelo menos o poder de comunicar.”

Seth: “Quando pensas em termos de poder sobre os outros…”

Bob: “Não necessariamente poder sobre, mas tens de os influenciar de alguma forma.”

Seth: “Não se trata de ter poder sobre — trata-se de saber para onde vai o poder. Há o poder de viver, o poder de aprender, o poder de amar, o poder de odiar. Não tens poder sobre ninguém. Quando pensas que tens, estás a enganar-te, porque se tens poder sobre alguém, então esse alguém tem poder sobre ti — e as tuas crenças tornam-se irrelevantes.”

Tom: “Mas não há forças contra ti?”

Seth: “As únicas forças contra ti são aquelas que acreditas existirem dentro de ti.”

Tom: “A Jane estava a falar antes sobre as crenças dela em relação ao trabalho…”

Seth: “Essas eram crenças que o Rubert tinha. Não eram forças contra ele. E, na verdade, durante bastante tempo, o Rubert usou essas crenças muito bem. Todos vocês podem usar crenças de forma útil, por um período. Às vezes, não percebem que as estão a levar longe demais. Não são crenças

negativas, e muitas das crenças que agora vos dificultam a vida não são negativas — são apenas crenças que não estão a funcionar para vós da forma como desejam, neste momento, nesta realidade. Noutro tempo, poderiam ser bastante úteis."

Mary Jo: "Queres dizer que não teríamos essas crenças se, a certa altura, não nos fossem úteis?"

Seth: "Sim. São ingredientes. Ingredientes que usas para formar a tua realidade. Se colocares demasiado sal num bolo, pode ser um bolo horrível — mas não há nada de errado com o sal.

Agora, vou garantir que o Rubert vos leia um capítulo do meu livro. E espero ver-vos pôr em prática as ideias nele contidas, formando a vossa própria realidade e experimentando, com entusiasmo, com a realidade que têm. Comecem pelas coisas boas — não pelos problemas."

Richard: "Qual seria o primeiro passo?"

Seth: "Se há uma coisa que eu gostaria que fizessem esta semana, é o mesmo que tenho dito até agora: perceber, emocionalmente — e não apenas intelectualmente — que criam a vossa realidade.

Observem esta semana as várias áreas da vossa vida: o vosso trabalho, os vossos relacionamentos pessoais, a vossa saúde, alegrias e dores. Tentem encontrar a ligação entre as vossas crenças e a vossa experiência. Examinem a vossa vida e a vossa consciência dessa forma. Sintam a energia irrestrita que flui em certas direcções e que está bloqueada noutras. Cada um de vós tem um excelente laboratório para trabalhar — o laboratório da vossa consciência. Devem também ter ajuda no estado de sonho, e podem, de facto, pedi-la. Contudo, há aqueles (para Larry) que veem duendes em cada raio de luz."

Bill: "Acabaste de dizer que, se quisermos ajuda, basta pedir. Pedimos a nós próprios?"

Seth: "E acreditam que a receberão."

Bill: "Bem, acho que acredito nisso."

Seth: "Não há pergunta que faças que não tenha uma resposta. Se acreditares nisso — cada um de vós — então as respostas virão. Mas têm de acreditar que as respostas existem, e que as podem de facto receber.

Não podem dizer: 'Vou ver se isto resulta, mas sou tão estúpido que provavelmente não vai funcionar para mim.' Ou: 'É tão difícil lembrar-me dos meus sonhos que provavelmente não vou conseguir, mas vou dizer a mim mesmo que sim' — e depois dão a vós próprios uma sugestão contraditória! Já se deram sugestões. Acabam com sugestões em conflito — uma a dizer: 'Vou lembrar-me dos meus sonhos e obter a resposta'; a outra a dizer: 'Vou lembrar-me dos meus sonhos, mas não tenho as respostas.'

Vocês criam a vossa própria realidade... a realidade dos vossos sonhos, a realidade do vosso estado de vigília, e todas as realidades em que existem. Não há acidentes. As vossas alegrias vêm de vós, tal como os vossos sucessos — e também os vossos fracassos, ou o que pensam que são fracassos."

Durante a sessão de terça-feira, 18 de setembro de 1973, Tom perguntou:
"Mais cedo esta noite falávamos sobre a morte e sobre certas coisas pelas quais as pessoas passam na fase final deste nível de consciência. Como é que isso afecta diferentes pessoas? Se uma pessoa tem uma morte violenta, isso afecta-a de forma diferente, noutro nível de realidade, do que uma pessoa que tem uma morte pacífica e feliz?"

Seth respondeu: "Estamos sempre a lidar com indivíduos, por isso a resposta não pode ser dada nesses termos. Mas uma pessoa que escolhe uma morte violenta escolhe esse método, por exemplo, em vez de uma doença prolongada, por razões suas."

Susan perguntou:
"Uma é mais benéfica do que a outra?"

Seth: "De todo."

Susan insistiu: "Porque é que alguém quereria experimentar o sofrimento?"

Seth: "De acordo com as crenças dessa pessoa."

Tom: "Então não deveríamos ficar perturbados ou afectados por esse tipo de situação?"

Seth: “Alguma desta explicação está no meu livro, mas muitas pessoas prefeririam partir num clarão de glória — seja sangrento ou não — do que definhar numa cama de hospital. Outras preferem esquecer-se desta vida, nos seus próprios termos, e partir tranquilamente. Algumas pessoas gostam de uma vida de excitação e perigo; outras preferem uma vida tranquila, com livros. Uma não é melhor do que a outra... ambas são válidas.”

Tom prosseguiu: “A questão à qual queria chegar é: nesta vida, agora, com a idade que tenho, tenho uma certa atitude sobre a morte. Essa atitude, sobre o tipo de morte que quero, mantém-se comigo? Eu não quero uma morte violenta.”

Seth respondeu: “Se não queres uma morte violenta, não a terás — se acreditares que não a terás. Mas se pensas que não queres uma morte violenta porque acreditas que vais tê-la, isso é outra questão.”

Jerry perguntou: “Quando se trata de crenças falsas, é assim tão fácil mudá-las a meio do processo, ou temos de ir à raiz da crença falsa...?”

Seth respondeu: “Cada um de vocês funcionará à sua maneira, e o livro responde a essa questão em particular. Cada indivíduo trabalhará à sua maneira, e isso depende também das crenças específicas em causa e de quão profundamente as agarram ao coração. É tudo o que vos posso dizer. As crenças que querem abandonar, conseguem fazê-lo facilmente — e isso é uma afirmação carregada de significado.”

Marjorie perguntou: “Como se pode ajudar uma pessoa que acredita que somos nós que a estamos a fazer sofrer?”

Seth respondeu: “Deixem-na em paz!”

Marjorie tentou clarificar: “Espera, deixa-me acabar... e essa pessoa acredita mesmo que somos nós a causar-lhe sofrimento. Como podemos ajudá-la a mudar essa crença, a ver que são elas próprias que estão a criar isso? Como podemos ajudar alguém a perceber que cria a sua própria realidade ou a aceitar isso?”

Seth: “Antes de mais, se acreditam que são vocês a causar-lhes sofrimento, então devem deixá-las em paz. É a melhor ajuda que podem dar nesse momento. Fazer o contrário é ter uma falsa simpatia. Não estão a ajudar. A

ajuda poderá vir, mas enquanto essa crença persistir, não poderá vir de vocês."

Marjorie: "Mesmo com os meus próprios pensamentos, ou quaisquer que sejam as minhas crenças, sem me aproximar dessa pessoa — como pode a minha atitude, os meus pensamentos, ou o que eu dirijo mentalmente a essa pessoa, ajudá-la a mudar essa crença?"

Seth: "Então, na vossa mente, imaginem essa pessoa a tomar consciência de que cria a sua própria realidade. Visualizem essa realização, e fora isso, não façam mais nada. Não se pode forçar uma crença a outra pessoa. Não podem saber, como o Rubert diria, a ordem interior dos seus acontecimentos. Não devem tentar forçar as vossas ideias ou crenças a ninguém."

Marjorie perguntou: "Então devo dizer: 'Eu não te estou a fazer sofrer'... desse modo?"

Seth respondeu: "Deixem-na seguir o seu caminho... à sua maneira. Vocês são a vossa responsabilidade. Cada pessoa é responsável por si. Estão a tentar provar um ponto. Querem ajudar, mas ao mesmo tempo querem provar que têm razão. Estão a criar resistência. E quanto mais insistem que a vossa forma de ver é a certa, maior é a barreira. As ideias são fluidas, como a água. Se forem deixadas em paz, mudarão. Mas vocês erguem uma barragem quando insistem: 'Tens de ver isto da minha forma'... as crenças moldam a realidade."

Marjorie: "E se eu nunca disse isso? Pode ser que tenha essa atitude, de certa forma, mas não acho que a expresse verbalmente. Mas compreendo que não sou a causa do sofrimento ou desejo de morte dessa pessoa."

Seth: "Então que isso seja suficiente. O indivíduo também está a usar-vos, e vocês estão a permitir isso. Enquanto alguém puder apontar para vocês e dizer 'És tu a causa do meu sofrimento', essa pessoa não precisa de se enfrentar a si própria. E enquanto jogarem esse jogo, fazem parte dele e não estão realmente a ajudar. Não têm fé suficiente na pessoa em causa. Ela encontrará o seu caminho — à sua maneira — e façam disso uma certeza alegre."

Seth acrescentou: "Esta sessão não era suposta ser um formato de perguntas e respostas de todos os cantos e galerias esta noite. Apenas queria que soubessem que estou aqui. Fui encurralado.

Quero, no entanto, que examinem as vossas mentes, como mencionei no início da noite — esta semana, estejam atentos tanto no estado de sonho como no estado de vigília.

E estão a crescer à vossa maneira. Olhando ao redor... a maioria de vocês está a crescer à sua maneira, pelo menos um pouco ousadamente. Estão a olhar para as vossas realidades e, no estado de sono, a tornar-se despertos. E no estado de vigília, a ousar olhar além do limiar para outro nível de consciência. Estão a ir bem.

Agora despeço-me com carinho. A curto prazo, seria muito mais fácil dizer: 'Tenho uma verdade para vós. Vou dá-la numa pílula, ou numa poção. Vou dá-la numa bebida, ou numa refeição...'. Mas vocês são a verdade. Examinem as vossas crenças sobre a palavra 'verdade'. A palavra 'verdade', pela sua natureza, exclui tudo o que esteja fora dela como sendo falso. Lembrem-se disso."

Susan: "Então tudo é a verdade?"

Seth: "Estás a brincar com palavras e frases... com alegria, mas de forma demasiado leve. É uma batalha de crenças. Usem-na com alegria e sabedoria."

Will: "Isso não fará mal?"

Seth: "Tu acreditas que fará mal?"

Will: "Acho que sim."

Seth: "Então mantém-te afastado disso!"

"Desejo-vos então uma noite alegre, verdadeira e exuberante, no vosso mundo, no qual ainda pensam em termos de verdadeiro e falso, real e irreal — e pergunto-me quanto tempo levarei, nos vossos termos, a colocar-vos num outro contexto."

AULA DE PES 25 de Setembro de 1973

A sessão começou retomando a discussão da semana anterior sobre as palavras "facto" e "verdade". Após a primeira pausa, falou-se dos sonhos da semana anterior, sendo que um tema comum era o de acidentes — acidentes de carro, de avião, entre outros. Após esta discussão, Seth entrou na conversa:

Seth: "Desejo-vos uma boa noite e reconheço que esta aula é apenas um púlpito que todos estão a utilizar, e por isso cada um de vós terá de interpretar o que eu digo à sua maneira. Mas os acidentes nos vossos sonhos representam várias coisas, todas relacionadas com crenças — as vossas crenças sobre perder o controlo, sobre até onde podem permitir-se ser espontâneos sem colapsar, sobre a natureza da destruição e o seu potencial criativo.

"E é tudo o que vos direi por agora, mas cada um de vós tem estado a trabalhar estas questões à sua maneira ao longo da semana — até onde acreditam poder confiar em si próprios. É verdade que, no estado de sonho, continuam a ter experiências das quais não estão conscientemente cientes, mas utilizam-nas, quer se recordem delas ou não.

"Estão todos envolvidos em aulas durante o estado de sonho. É um enquadramento que escolheram. E nesse enquadramento, ajudam-se mutuamente. Servem, de forma bastante real, como símbolos uns para os outros, e os outros como símbolos para vós. De uma forma estranha, a um nível inconsciente, cada um de vós sabe o que os outros estão a sonhar, e intervêm quando necessário. Há um estudo que, neste momento, ainda não podem prosseguir, pois embora tenham sonhos individuais, em conjunto têm sonhos de grupo. Espero que, a seu tempo, alguns de vós consigam ter consciência disto e assim alcançar, a nível consciente, uma visão do que estão a fazer, individualmente e como grupo.

"Agora, Rubert quer fazer uma pausa, pois há outras coisas a tratar esta noite. Mas percebam que a vossa aula não termina aqui. Isto é apenas o início. A verdadeira aula acontece na sala da vossa mente, onde exploram a vossa consciência, onde aprendem com ela, e onde ultrapassam barreiras que, aqui, percebem que não existem.

"Por isso, devolvo-vos a vós mesmos para que façam a vossa pausa. Mas recordem: a realidade que percebem aqui é apenas um vislumbre de outras realidades que conhecem, das quais estão conscientes — não só no estado de sonho, mas também em estado desperto — e às quais podem aceder, alcançando assim uma unidade de consciência e força criativa. Conhecem melhor os vossos colegas de aula no estado de sonho do que aqui, e podem aprender a tornar-se conscientes dessas actividades oníricas, assim como das que desenvolvem noutros níveis enquanto estão acordados.

"Como sempre, deixem que a minha voz vos recorde a vossa própria energia e existência, a grande integridade que vos pertence, o Eu que reside em vós, e as verdades dentro de vós... e sei o que estou a dizer quando uso essa palavra!

"Antes de adormecerem, podem sugerir a vós mesmos que sentirão a vitalidade do vosso ser. E não puxem os cobertores sobre a cabeça com medo de senti-la — porque essa energia é vossa. E assim vos devolvo às verdades do vosso ser, que existem independentemente de todas as vossas crenças sobre verdade ou ilusão."

Depois da pausa, Jane voltou à sala com uma peruca que Paula trouxera para a aula. Enquanto a usava, leu o prefácio do novo livro de Seth, *A Natureza da Realidade Pessoal*. Após a leitura, retirou a peruca, que passou por vários colegas da turma. Quando Joe experimentou a peruca, Seth voltou. Joe tirou-a rapidamente, mas Seth comentou:

Seth: "Não foi suficientemente rápido! Para a próxima semana, se a nossa amiga ali (Paula) não se importar, quero a peruca presente como membro da turma, e quero que diferentes colegas a experimentem, para que possam explorar as vossas ideias sobre muitos temas: a natureza do sexo, da identidade... Não é coincidência que a tenham usado hoje, ou que Rubert a tenha experimentado."

Paula: "E se eu trouxer várias?"

Seth: "Seria ótimo."

"Vamos continuar com o meu livro e espero que sigam os exercícios à medida que os encontrarem. Também irei propor outros, não incluídos no livro, reservados para os poucos privilegiados que aqui estão. Receberão uma dose

dupla. Mas será também um exercício criativo e divertido, pois ajudará cada um a ver-se como realmente é, como gostaria de ser, como acredita ser, como teme ser. Todas essas crenças sobre o Eu, que brilham à vossa volta como estrelas — poderão escolhê-las ou descartá-las, e não usá-las como um espartilho de crenças que já nem aceitam mas que nunca se deram ao trabalho de examinar.

"Será, de facto, um esforço criativo e alegre, e espero que o desfrutem! Eu próprio também desfrutarei, pois sou um ser digno e merecedor! Se eu, sem sequer ter um corpo, acredito que sou digno e merecedor, porque haveriam vocês de pensar que não o são? E muitos de vocês pensam assim, mas têm vergonha de o admitir. Libertem-se disso, em primeiro lugar!

"Os vossos sonhos reflectirão, até certo ponto, o que aqui se passa — mas à vossa maneira criativa. Cada um irá aproveitar esta aula à sua forma, como deve ser. Assim, apesar de haver alguns símbolos gerais nos sonhos da próxima semana, tal como houve nesta, esses símbolos são escolhidos individualmente por cada um de vós, e terão um significado psicológico privado para cada um.

"Um dia, hei-de fazer Rubert pôr uma peruca e entrarei em cena a brincar. Mas por agora, quero começar o prefácio, e quero que aqueles de vós que têm gravadores releiam, à vossa maneira, o que disse. Ouçam as palavras, mas vejam-nas na vossa mente e leiam-nas. Pois estas frases estão carregadas de significado. Não há simbolismo aqui — digo o que quero dizer. Os símbolos são reais. Vocês moldam cada aspecto da vossa vida e experiência. Não há canto da vossa vida que esteja na ignorância. Nenhuma parte da vossa experiência está sem luz. Não há nó ou problema dentro de vós que não possam encontrar ou resolver. Mas têm de perceber que o poder está em vós, e não fora.

"Aqueles de vós que me procuram honestamente, com espírito lúdico, no estado de sonho, encontrar-me-ão. Mas ao encontrarem-me, encontrar-se-ão a vós próprios. Têm de olhar através de vós próprios para me encontrarem — e essa é outra frase carregada. Se fosse a vós, prestaria atenção especial a essa minha última observação. Vocês estão a escrever o guião da vossa vida. Podem mudá-lo a qualquer momento.

"Agora, Rubert tem uma ideia em particular que quero que partilhe convosco — pois alguns poderão tirar grande proveito dela esta semana. Por isso, devolvo o que resta da aula a ele. Mas quando todas as vossas perguntas sobre verdades terminarem, sintam a vitalidade do vosso ser e reconheçam a sua origem. Seguindo essa origem chegarão a perguntas que ainda não têm audácia ou consciência para fazer — e essas perguntas, nos vossos termos, são como tapetes mágicos que vos levam, num instante, a novas respostas. E haverá sempre alguém como eu para vos puxar o tapete debaixo dos pés. E é isso que vocês querem — para que possam avançar novamente, e não se contentem com as velhas respostas, pois essas são apenas contos. E assim aprendem a seguir a magia que está dentro de vós rumo às respostas que lá estão.

"Na vossa realidade, há buscas. As respostas não podem ser dadas em frases simples e declarativas. E, no entanto, intuitiva e criativamente, podem sentilas. No estado de sonho podem sentir essas respostas — e elas são mais importantes do que qualquer frase. Vocês são os verbos. Vocês são as realidades. Vocês são as verdades. Isso não quer dizer que não haja outras verdades ou outras realidades — mas significa que podem confiar em vós próprios e seguir-vos até àquilo que Rubert chama de origem do Eu, nos *Aspectos*."

"Lamento não ter uma peruca comprida para vós esta noite, mas desejo-vos a todos uma calorosa boa noite, e aparecerei nesses vossos sonhos — nessa realidade de sonho a que chamam realidade de sonho — a partir da minha realidade, que não considero como tal. E novamente, se compreendessem verdadeiramente o que quero dizer... se, por um segundo apenas, compreendessem com clareza — e espero que sim — então seguiriam a vitalidade destas palavras para dentro de vós, deixando que vos sirvam de trampolim para a realidade do vosso ser, que conhecem instintivamente, como o esquilo conhece o seu equilíbrio perfeito.

"Devolvo-vos, então, como sempre, à integridade e à alegria do vosso próprio ser. Não estais presos à mortalidade; brilham através dela, moldam-na e triunfam nela. Por isso, é a ela que vos devolvo, com os meus melhores votos."

AULA DE PES 2 de Outubro de 1973

Seth juntou-se à aula já bastante tarde, depois das 23h00, comentando sobretudo uma carta de Carrol para Jane:

Seth: "Boa noite. As estrelas douradas devem vir de vós, e sois vós que as deveis atribuir a vós próprios. Nenhuma estrela simbólica dada por outro tem verdadeiro valor... apenas as estrelas douradas que dão a vós mesmos têm significado.

"Esta noite falámos das vossas crenças, e por isso gostaria que continuassem a explorá-las com alegria. Algumas das observações feitas esta noite hão de ressoar ao longo da semana, e para alguns de vós especialmente ao ouvirem a vossa própria voz gravada.

"As vossas entidades não são seres superiores que vos seguram como se fossem calhaus, para depois vos atirarem aos séculos com um 'Boa sorte, amigo!' Sois uma parte viva da vossa entidade, viva no espaço e no tempo, ligada a ela.

"A vossa respiração flui constantemente por vós, e nem vos apercebeis disso. A vossa entidade faz parte de vós tanto quanto a vossa respiração. Não podem segurar o vosso fôlego nas mãos, e também não podem tirar a vossa entidade do bolso como se fosse um génio da lâmpada.

"Mas conhecem a vossa entidade através da parte de vós que não lida necessariamente com palavras. Quando estão no vosso melhor criativamente, no vosso ponto mais elevado de ser, estão — nesses termos — mais próximos da vossa entidade. A vossa entidade está dentro de vós. E por isso é dentro de vós que devem procurar, mas mais do que procurar, devem sentir.

"O sentimento da vossa entidade é único em cada um de vós. Não pensem em termos de uma pessoa, pensem antes em termos de uma sensação — isso conduzir-vos-á a uma compreensão inspirada do que ou quem é a vossa entidade. Em termos mais amplos, são mais do que um 'quem', e por isso, também a vossa entidade o é.

"Como o Rubert tem descoberto nos seus *Aspectos*, tendem a pensar em termos de individualidade, de uma única pessoa. Muitos de vós,

inconscientemente, quando pensam na entidade, imaginam um super-homem... raramente uma super-mulher! Libertem-se dessa ideia. Imaginem um ser livre dos vossos conceitos sobre o que é ser pessoa, uma realidade psicológica livre da vossa experiência limitada a um lugar e tempo; livre de um único conjunto de características. Mas não pensem demasiado — sintam. Sintam dentro de vós emoções que parecem maiores do que a vossa individualidade. Isso dar-vos-á uma ideia da vossa entidade.

"Esta foi a vossa aula. Aprenderam mais do que agora conseguem perceber. Direi antecipadamente o que podem esperar nos vossos sonhos esta semana — mais tarde, as correlações vão surpreender-vos. (Larry levanta a mão para uma pergunta.) Mas hoje não é noite de perguntas e respostas. É noite de dar estrelas douradas a vós mesmos.

"Se algum dia me perguntarem se sou um bom professor, pedirei que todos me dêem uma estrela dourada, e usá-la-ei com orgulho na minha testa imaginária, cantando pelo universo: 'Aqui estou eu, com a minha estrela dourada!'

Wade sugeriu: "E que tal um simples 'obrigado'?"

Seth respondeu: "Isso também serve."

"Agora despeço-me com um caloroso boa noite, mas espero que trabalhem com as vossas crenças, que sigam o livro, e que consigam atribuir muitas estrelas douradas a vós mesmos. As estrelas que se dão a si próprios ninguém as pode tirar. As que vos são dadas por outros não valem nada.

"E qualquer noite destas, farei Rubert usar uma bela peruca, e ele fará a sua parte enquanto eu faço a minha. Estejam especialmente atentos durante os vossos estados de sonho — mesmo que não tenham tido oportunidade de falar dos vossos sonhos, ainda assim os tiveram, e os membros da turma que convosco partilharam esses sonhos sabem disso.

"Desejo-vos a todos uma calorosa boa noite. As estrelas douradas que vos dei, e aquelas que não tenho para dar, terão de as encontrar sozinhos... e dar umas às outras!"

AULA DE PES 9 de Outubro de 1973

O primeiro período da aula foi dedicado à discussão dos sonhos da semana anterior. Após o primeiro intervalo, Seth interveio:

Seth: "Desejo-vos, a todos, uma calorosa boa noite. Não estão apenas a comunicar no estado de sonho, mas também, cada um à sua maneira, envolvidos em treino nesse estado. Estão realmente a aprender que criam a vossa própria realidade, e a compreender aquilo a que Rubert mais tarde chamará os seus 'Aspectos, a Ordem Interna dos Acontecimentos'. Estão a aprender, portanto, a despertar parcialmente no estado de sonho, e a perceber como a realidade se forma nessa ordem interna.

"Agora, tenho algumas palavras para alguns de vós. Primeiro (para Carol): saúdo-te, e aponto apenas que aqui te identificaste como uma jovem com uma doença. As primeiras palavras que disseste foram para te identificares como alguém com uma doença. A tua autoimagem está demasiado ligada à doença e ao nome que lhe foi dado.

"Ouve-me bem! Tens o teu próprio nome — afirma-o com a alegria do teu ser. Se queres viver com vitalidade e alegria, então o teu nome é mais importante do que qualquer grupo de sintomas, pois esses não têm o tipo de realidade que tu tens. A tua integridade resplandecente identifica-te aqui. Por isso, aceita a vitalidade do teu ser e repete o teu nome vezes sem conta. Esse é o nome que te foi dado neste tempo e neste espaço — não aceites o nome de uma doença que parece roubar-te a identidade e a força. Não te encolhas perante o vocabulário! A tua integridade, a tua beleza e a tua força identificam-te aqui — e para sempre. Por isso, não tenhas um ar triste! Esquece pensamentos de tragédia previamente anunciados e afirma a vitalidade do teu ser.

"Se decidires deixar este mundo, é teu direito. Mas fá-lo com alegria e vitalidade. Parte porque escolheste partir — e não como vítima de uma doença com um nome. Se decidires que queres viver, então vive na tua plenitude, com toda a tua glória e força. Mas toma a decisão por ti própria, e não te deixes vitimizar. Se queres morrer, então pergunta a ti mesma: porquê? Conhece os motivos. Parte porque tomaste essa decisão — e fá-lo com força, vitalidade, e por tua escolha... não como vítima, nem em tragédia, nem abatida.

“Se decidires que queres viver, diz a ti mesma que queres viver. Conhece os motivos. E o teu corpo há de regenerar-se, com alegria e glória. Não és uma vítima!”

A energia nesta sala é sempre evidente. E é uma das razões pelas quais Rubert não vos manda calar com mais frequência, mesmo que por vezes tal vontade surja com força! Pois é nessa alegria e vitalidade que se vê a energia que cria cada uma das vossas realidades individuais. Nesta sala está presente a energia que forma cada um dos vossos mundos, e que se estende com grande vitalidade para tocar outros. Assim, à medida que vos atravessa, é inesgotável — e por isso enviem-na a esta rapariga, e deixem que ela a utilize como quiser. Que tome a sua própria decisão, como cada um de vós toma as suas. Nenhum deus fez vítimas... são vocês que se tornam vítimas de si próprios, pelas vossas crenças.

Agora, (para Carol) vamos lá ver um sorriso e um pouco de cor nessas bochechas, e que a vitalidade que sabes que é tua te percorra por inteiro. Eu morri muitas vezes, mas nunca como vítima, e cada um de vós escolhe o momento do seu nascimento e o da sua morte.

E para a nossa Senhora de Veneza, não há predestinação. O vosso Eu Superior, por exemplo, não é um irmão mais velho que diz “agora vais viver” e “agora vais morrer”. A individualidade que conheces tem a sua própria vitalidade, a sua validade, e preserva a sua identidade agora, tal como antes, e como o fará depois, nos vossos termos.

Seth retirou-se e os Sumari entraram com uma canção que Jane identificou como “Canção de Alegria e Regeneração das Moléculas”. Depois da canção, enquanto os membros da turma comentavam as suas impressões, Jerry falou de ter estado a observar uma mosca no espelho da sala durante a música. Seth regressou, comentando a mosca a que Jerry se referira:

Agora, o nosso amigo a mosca não se perturba com o seu reflexo e confia no fundamento do seu ser. Sempre que têm dificuldades, de qualquer natureza, é porque, em alguma área, não confiam no fundamento do vosso ser. Tentam manter-se acima da natureza... consideram a natureza como algo inferior, e a alma como uma jóia delicada que afundará em areia movediça — a alma, sendo algo que devem segurar com leveza, pois se a deixarem cair, afundar-se-á... no solo do vosso ser. A mosca confia no seu fundamento, e também os

índios, Jerry! Se confiassem no solo do vosso ser, e no vosso ser inserido na natureza, e em vós mesmos como filhos da terra, saberiam que seriam sustentados.

A energia que sentiram nos Sumari é apenas um vislumbre da energia contida no solo do vosso ser... de cada um dos vossos seres. Essa energia que tanto intelectualizam, e frequentemente negam; essa energia que esquilos, aranhas e moscas compreendem na sua inocência tola; esse solo do ser de onde nasce a vossa própria consciência, de onde surgem os vossos pensamentos. O ser que está dentro de vós nasce desse solo de todo o ser, e é ele que vos sustenta.

Estão a embarcar numa aventura. Crescem como uma nova espécie de árvore a brotar da terra... folhas que se soltam e se perguntam para onde vão... flores que se desprendem dos caules e caminham sobre a face da terra, questionando-se. Estão numa bela aventura, mas toda ela assenta no solo do vosso ser.

A energia que vos sustenta... é vossa, e flui a partir do solo do vosso ser.

Um simpático senhor de idade veio aqui falar com Rubert e usou a palavra "submeter-se". E Rubert disse: "Muitas pessoas não gostarão dessa palavra. O que queres dizer com isso?" E o nosso encantador ancião sabia bem o que queria dizer. E eu vou explicar-vos o que ele queria dizer.

Uma flor rende-se... submete-se... ao sol, e sente o solo do seu ser. A terra submete-se à chuva. É nesse sentido que o cavalheiro queria que a palavra fosse compreendida. Só assim é que vos submetem à vossa própria natureza e encontram a vossa liberdade.

É impossível, minha querida Senhora de Veneza (dirigindo-se a Florence), e minha jovem criança (dirigindo-se a Carol), e a todos vós, erguerem-se pelos próprios cordões das botas a partir do solo do vosso ser, se acreditarem que há algo de errado com esse ser, ou com o mundo em que vivem. Pois tudo isso nasce do solo do vosso ser. E estou a falar mais para ti, Florence, do que para ti, Carol. Não há nada de errado na tua natureza que justifique que tenhas de te defender dela. Se te visses como eu te vejo — como o ser que verdadeiramente és — confiarias no solo do teu ser, e o mesmo se aplica a todos vós.

Tom perguntou se todos os seres vivos têm um solo do seu ser, e se todos possuem consciência.

Seth respondeu: Tem de haver um solo do ser do qual todas as coisas emergem, e todas as coisas têm consciência.

Tom referiu então uma estátua, que fora tema de discussão anteriormente na aula.

Seth disse: Ela tem uma consciência própria. E vocês projectam sobre ela as vossas ideias — ideias que pouco têm a ver com a sua realidade vibrante. E a vossa própria realidade vibrante existe independentemente dessas ideias que projectam sobre ela, pois são as mesmas que projectaram sobre a inocente estátua.

O vosso corpo e a vossa vida são a escultura íntima, e criam-na com as mesmas ideias que projectaram sobre a estátua. E os receios que sentem... são, de facto, infundados, pois não nascem do solo do vosso ser.

Disse-vos isto muitas vezes: sintam a vossa própria energia. E uma noite, hão de senti-la, reconhecê-la como vossa — e então a vossa alegria e a vossa compreensão serão proporcionais ao vosso ser, e reconhecerão os seres que sabem que são... e deixarão de fugir por temerem o solo do vosso ser.

Após uma discussão sobre as observações de Seth, Jane falou de uma aranha que tecera a sua teia debaixo das escadas. Depois de um pequeno intervalo, Seth voltou para encerrar a sessão:

Não tiveram hoje o vosso capítulo, mas estão a viver um capítulo vivo, e estão a escrever os vossos próprios capítulos.

Ninguém limita a vossa consciência. Podem estar conscientes de tudo aquilo de que desejarem estar conscientes. Podem tornar-se conscientes nos vossos sonhos, exatamente na medida em que quiserem. Se têm medo do vosso Eu interior, então de nada serve dizerem a vós mesmos que irão acordar, lembrar-se dos vossos sonhos e assimilá-los conscientemente — enquanto continuam a temer a vossa própria experiência.

De facto, que vaidade tem uma mosca! Uma mosca não se intimida perante o universo. Uma mosca não se questiona se consegue voar, ou pior ainda, se é

digna de voar... George! Uma mosca é aquilo que é... é alegremente ela própria — ou, para os feministas... ela própria! Mas uma mosca é e conhece a sua própria perfeição.

Ao confiarem no solo do vosso ser, partilharão também da alegria do vosso ser, e confiarão em vós próprios... confiarão que aquilo que vem de vós é bom e acrescenta algo ao universo. Confiem na integridade do vosso sangue (para Carol) e das vossas moléculas. Confiem que estão aqui por uma razão.

Rubert falou-vos de Frank, um homem limitado pela epilepsia. E, devido às suas crenças, não usava nem plenamente a mente nem o corpo. Era como se uma flor decidisse que uma pétala era boa e outra era má, e por isso aquela deveria ser destruída.

Vocês têm mente, corpo, sentimentos. Estão destinados a usar todos eles. O vosso ser é um de expansão, e não de limitação, e sempre que se apanharem a pensar em termos de limitações, apanhem-se a tempo. Pensem na aranha, que se realiza em alegria... cujo cada átomo e molécula canta... que sente o seu lugar no universo e, nos vossos termos, sabe que o seu canto debaixo das escadas é sagrado e real.

Assim é também o vosso canto do universo, e vocês realizam-no por uma razão. Não neguem ao vosso corpo a sua alegria, nem à vossa mente a sua força, nem aos vossos sentimentos o seu cumprimento. Observem as vossas crenças. Elas estão diante de vocês. Elas formam a vossa ideia de realidade. Libertem as vossas crenças como se (para Rich) fossem uma mulher de cabelo roxo ao vento.

Confiem no solo do vosso ser e sintam a sua força. Não tenham medo da vossa própria energia. Ela não fará mal a ninguém, e menos ainda a vocês próprios. É digna de confiança. É a mesma energia que faz crescer as flores e também as estrelas. A mesma energia a que a aranha, a mosca e o esquilo respondem, e à qual a mais pequena célula do vosso dedo responde — se lhe permitirem. Permitam-se a vossa própria alegria.

Agora vou calar-me. Não vou falar, e nesse silêncio quero que sintam a energia que está aqui, e que é vossa. Quero que a sintam a formar a vossa própria imagem e o mundo que conhecem. (Um longo silêncio).

Transformem isso em ser, ou em algo diferente... (Segue-se um canto em Sumari).